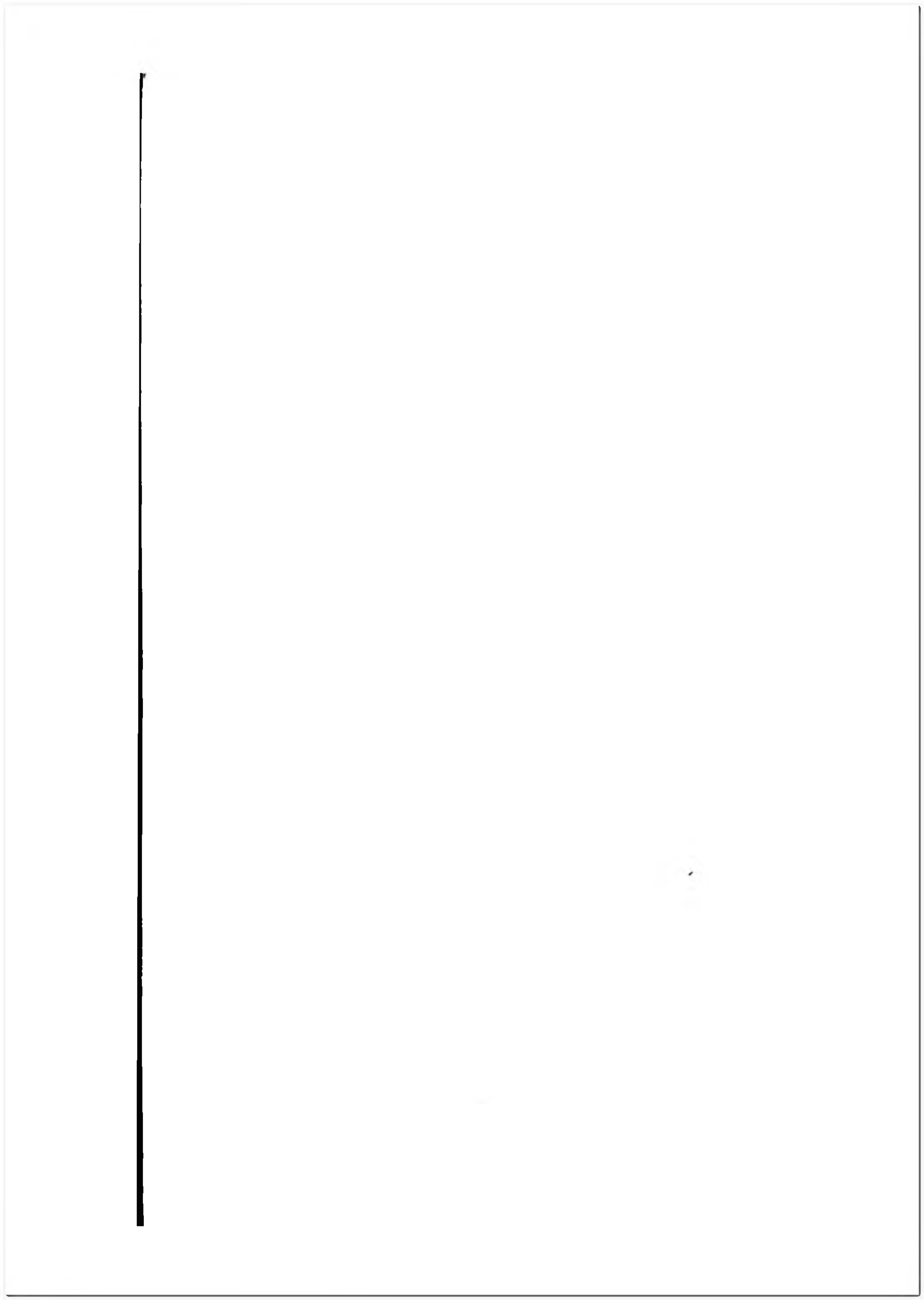
A L'ÉCOUTE
DE
KRISHNAMURTI
EN 1966

Conférences de Londres Paris-Saanen

SAANEN GATHERINGS COMMITTEE



A L'ÉCOUTE
DE
KRISHNAMURTI
EN
1966

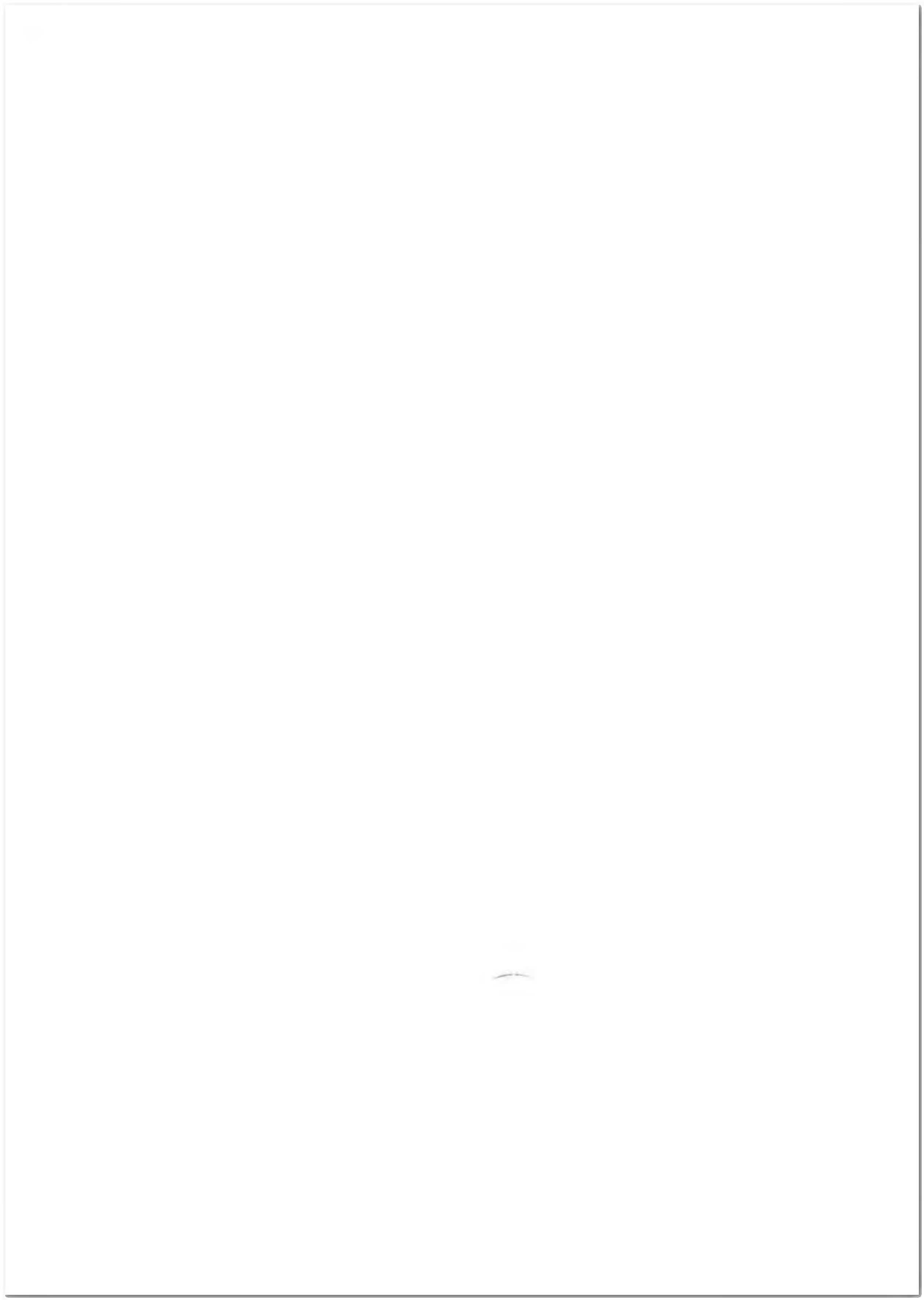
A L'ÉCOUTE
DE
KRISHNAMURTI
EN 1966

CONFÉRENCES
DE LONDRES
PARIS, SAANEN

SAANEN GATHERINGS COMMITTEE
3792. SAANEN — SUISSE

Traducteur :
le groupe français du Saanen Gatherings Committee

SOMMAIRE



CONFÉRENCES DE LONDRES

I

Avant de parler de choses sérieuses il nous faudrait, me semble-t-il, établir entre nous des relations adéquates. Par ce mot « adéquates » j'entends une communication entre l'orateur et vous-mêmes. Il est important de comprendre non seulement le sens des mots, mais encore d'aller au-delà, derrière les mots, nous rendant bien compte que le mot n'est pas la chose. Le mot, le symbole, n'est pas ce qui est. Nous devons pénétrer, percer le mot pour découvrir par nous-mêmes quel est le fait. La communication n'est possible que si nous sommes tous deux à l'écoute, non seulement du sens du mot, mais encore de ce qu'il indique, de la substance qu'il recouvre.

Nous allons parler de notre existence quotidienne. Faute d'établir pour nous-mêmes une façon juste de vivre au sein du chaos et de la confusion, quel que soit l'objet de notre recherche, nos intentions sont vouées à l'échec, parce que la réalité est dans la vie quotidienne, elle n'est pas quelque chose de mystérieux qui se trouve au-delà des faits de l'existence journalière. Faute de comprendre l'entière et profonde signification de la vie quotidienne, avec tous ses conflits, ses détresses, sa confusion, l'extraordinaire gâchis dans lequel nous nous trouvons, à moins que tout cela ne soit clarifié, toute tentative pour chercher au-delà n'est jamais qu'une évasion ; et plus nous nous dérobons au réel, plus tout, autour de nous, devient chaotique et confus. Nous

n'allons pas discuter de quelque chose qui transcende l'actuel, mais plutôt de comprendre le présent, de voir si nous pouvons nous affranchir totalement de nos douleurs, de nos détresses, de notre confusion, de notre angoisse. Une fois ces choses clarifiées, totalement si possible, peut-être pourrons-nous alors commencer à nous demander s'il existe ou non une réalité qui ne soit ni une idée, ni une croyance, ni un concept.

Ce que nous allons faire ensemble est donc de scruter notre vie quotidienne. Et pour cet examen il vous faut être libres de regarder, de percevoir ; pour voir les choses avec clarté, il nous faut être libres. C'est la première chose requise, si nous avons assez de sérieux pour vouloir examiner l'état actuel de notre être, de notre conduite. Cette liberté est nécessaire pour examiner et percevoir. Il faut être libre pour écouter les paroles prononcées ; il faut être libre pour regarder. Autrement nous sommes incapables de voir. Tout ce que nous verrions serait déformé, perverti. Ce que nous écouterons sera dépourvu de sens si nous ne sommes pas capables d'écouter d'une façon totale, entière, complète.

Pour découvrir, pour examiner, pour démêler, pour pénétrer, il faut qu'il y ait liberté d'écouter et de percevoir. Tous, nous voulons la paix, nous rendant compte que sans elle le bien ne peut pas s'épanouir ; il ne peut y avoir aucun mouvement qui ne soit né de notre confusion, de notre détresse. Pour avoir cette paix, il faut qu'il y ait liberté. Nous allons donc discuter de ces deux choses : la paix et la liberté. Par discuter ensemble, j'entends exactement ce que je dis. Vous n'allez pas vous contenter d'écouter les paroles prononcées. Nous allons entreprendre ensemble un voyage, nous allons partager, et par conséquent c'est un travail que vous et moi avons à accomplir ensemble. Vous n'allez pas vous contenter d'être là, écoutant des paroles, approuvant ou désapprouvant, d'un point de vue purement intellectuel ou bien vous disant d'accord avec certaines formules, certaines idées, certains concepts. Une telle attitude ne nous conduirait à rien ; mais si nous pouvons travailler ensemble, explorer ensemble, non pas verbalement, non pas intellectuellement mais effectivement, il me semble qu'alors ces réunions auront valu la peine.

Mais si ce qui nous intéresse ce sont des définitions, des formules, des arguties, alors, hélas ! j'ai bien peur que nous n'en restions exactement au point où nous en sommes.

Je suggère que dans ces causeries une coopération est nécessaire. Nous ne discutons pas d'idéaux, de ce qui est bien ou mal. Nous ne cherchons pas à découvrir ou à formuler de nouveaux concepts. Nous sommes absolument rassasiés de concepts, d'idéaux, parce qu'ils se sont avérés incapables de modifier notre existence. Ce qui nous intéresse c'est une révolution totale au sein de la conscience, non pas dans tel recoin de cette conscience, mais dans sa totalité où une révolution totale *doit* se produire. Ce n'est pas un problème extérieur, il ne s'agit pas ici de donner naissance à une société meilleure. Le problème est une crise dans le sein de la conscience et à moins que chacun de nous n'affronte cette crise de tout son être, non pas en tant que savant, que fidèle d'une religion, qu'homme d'affaires, que poète ou qu'artiste, mais en tant qu'être humain total, nous ne pourrons pas susciter une révolution radicale. Ce qui nous intéresse, c'est de découvrir s'il est possible de provoquer cette révolution totale, et par là de trouver une autre façon de vivre. Voilà ce dont nous allons nous occuper.

Quand nous prononçons ce mot « liberté » nous ne voulons pas indiquer une réaction, un état de révolte ; révolte et réaction ne sont pas la liberté. Etre libre *de* quelque chose n'est pas être libre. Etre libre de quelque chose est une réaction, et la liberté n'a rien à voir avec la réaction ou la révolte. C'est une chose qui existe en soi, par soi. Elle ne résulte pas d'un motif ou d'un concept idéal. Et s'il n'y a pas liberté, nous n'aurons pas la paix. Par ce mot « paix » je n'entends pas cet état intérieur ou extérieur qui règne entre deux murs nus, ou entre deux incertitudes, ou deux confusions. La paix n'est pas une chose que nous puissions rechercher ni trouver, pas plus que nous ne pourrons rechercher et trouver la liberté. Il ne peut y avoir de paix que quand nous savons comment vivre paisiblement, non pas en tant qu'individu mais en tant qu'être humain.

Il y a, me semble-t-il, une différence entre l'individu et l'être humain. L'individu c'est l'entité localisée, le Londo-

nien, l'Anglais, l'Allemand ou le Russe. Il est l'individu, l'entité de tel ou tel lieu conditionné par son milieu, mais l'être humain c'est l'homme essentiel, l'homme dans sa totalité, qu'il vive en Angleterre ou en Inde ou ailleurs. Comprenant l'homme nous comprendrons l'individu, et non pas le contraire. Donc ce qui nous intéresse c'est la liberté et la paix pour des êtres humains. Si l'individu s'en tient à une révolte contre son milieu, cela ne signifie pas nécessairement qu'il soit libre ou qu'il atteigne un état de paix. Il ne peut y avoir de paix que là où il y a une façon paisible de vivre, quand l'homme ne se divise pas en nationalités, en groupes religieux, entretenant certaines formules et certains concepts. Ce sont toutes ces choses qui détruisent la paix. Les religions organisées sont la négation même de la paix. Nous voyons ce qui se passe dans le monde actuel, nous le voyons divisé en domaines politiques, gouvernementaux, nationalistes. Vous êtes anglais, je suis russe ou allemand. Chacun vit dans son conditionnement à lui, économiquement et politiquement. Nous sommes divisés aussi par nos croyances et nos dogmes. Vous adoptez une formule religieuse particulière et l'Asie tout entière vit selon une autre série de formules. Il y a un conflit, et pour que règne la paix, il faut de toute évidence un affranchissement du conditionnement religieux. C'est là un premier facteur — être libre de tout conditionnement. C'est extrêmement difficile parce que, bien que nous puissions extérieurement, superficiellement et rationnellement, rejeter certaines formules et certains concepts religieux, nous sommes tout de même lourdement conditionnés dans les profondeurs de notre être, dans notre inconscient. Il nous faut être affranchis de tout conditionnement si nous voulons connaître la paix. Sans elle nous ne pouvons pas nous épanouir, fleurir, ni extérieurement ni intérieurement. Nous nous trouverons toujours devant des frustrations, et devant celles-ci, il y aura toujours une réaction, une révolte.

Notre préoccupation c'est une révolution totale de l'homme, et comment celle-ci peut-elle se produire. Si jamais nous y avons pensé, comment répondrons-nous à cette question ? Les êtres humains ont vécu pendant deux millions d'années et plus, se conformant toujours au même modèle intérieur. Bien qu'il y ait eu d'immenses change-

ments extérieurs, intérieurement nous sommes plus ou moins ce que nous avons toujours été : avides, envieux, ambitieux, compétitifs, dénués de scrupules, cruels, centrés sur nous-mêmes, en lutte les uns avec les autres en vue d'améliorer notre situation ou notre prestige. Il y a des milliers d'années qu'il en est ainsi et durant tout ce temps l'homme a souffert, la douleur a été son lot, il a peur de la vie, il a peur de la mort. Ayant peur, il invente des évasions, des dieux, il se perd dans un tourbillon de distractions. Ainsi avons-nous vécu ; nous acceptons cet état de choses comme étant normal, la façon normale de vivre. Nous le voyons ; nous le remarquons assez bien. Et voyant tout cela, non seulement extérieurement mais encore intérieurement, est-il possible, nous demandons-nous, de changer radicalement, complètement, et si c'est possible comment ce changement peut-il se produire ?

Je suis le résultat du pays où je suis né. Les influences religieuses, sociales, économiques, le climat, l'alimentation, l'habillement, toutes ces choses ont contribué à former, à mouler mon esprit. On a vécu dans l'anxiété, la peur, le désespoir, les frustrations répétées. On est sur le point de tomber dans la névrose, si ce n'est pas déjà fait. On ne voit aucun sens à la vie. On voit son ennui, son inutilité, la mort individuelle, la souffrance à laquelle il n'y a pas de fin, le conflit intérieur et extérieur. Voyant tout cela, est-il possible de tout changer complètement ?

Si nous affirmons que c'est impossible, comme cela a été dit, alors il n'y a aucune façon de s'en sortir. Dès l'instant où nous disons que ce n'est pas possible, nous sommes bloqués. Pour découvrir si c'est possible, il faut examiner, et pour examiner il faut la liberté, liberté de percevoir le fait, la réalité, non pas des idées, mais le fait réel de la peur, et c'est une chose très difficile à voir. Le mot « peur » n'est pas la peur. Il faut comprendre et se libérer de la force du mot pour regarder en face le fait de la peur.

De même, est-il possible d'être transformé d'une façon si complète que toute notre façon de vivre, de voir l'existence, soit modifiée de fond en comble ? Nous sommes alors dans une dimension totalement différente. C'est là ce que nous allons découvrir. Et s'il est possible de changer, com-

ment ce changement se produira-t-il ? Il nous faut tout d'abord comprendre ce que cela signifie que de voir, de regarder, de percevoir. Pour voir quelque chose clairement la pensée, le mot, l'idée, ne doivent pas intervenir. Quand nous regardons un arbre ou une fleur, quand nous les percevons, nous pouvons le faire à partir des connaissances botaniques que nous avons à leur sujet. Mais alors nous ne regardons pas vraiment l'arbre. C'est à travers un voile de mots, de savoir, d'expérience, que nous regardons et tout ceci nous interdit un regard direct. Je ne sais pas si vous vous y êtes jamais essayés, si vous avez jamais regardé un arbre directement, ayant rejeté le mot, l'image créée par ce mot, et sans aucune nuance de jugement et d'évaluation. Autrement vous ne pouvez pas véritablement *regarder*, et regarder ainsi n'est pas un état de black-out. Au contraire, il comporte une attention intense.

Observer, voir, c'est le premier point, voir ce que nous sommes véritablement non pas ce que nous nous figurons être ou devoir être ; voir notre avidité, notre envie, notre ambition, nos angoisses, notre peur, tout cela tel que cela est, sans interpréter, sans juger. Cet état d'observation entraîne l'absence de tout effort ; c'est là une chose qu'il faut comprendre très clairement, parce que tout notre conditionnement nous incite à faire des efforts. Tout ce que nous faisons est un effort, une lutte. Si je veux me changer, si par exemple je veux cesser de fumer, il me faut lutter, me faire violence, je prends des décisions, et peut-être qu'après tout cela je me montrerai capable d'y renoncer, mais toute mon énergie aura été absorbée dans cette lutte. Est-il possible de renoncer à quelque chose sans effort ? Fumer est une chose très courante. Renoncer au plaisir sous toutes ses formes, parce que le plaisir entraîne toujours la souffrance, est un problème extraordinairement complexe que nous approfondirons dans une autre causerie. Mais ce qui nous intéresse aujourd'hui c'est de comprendre s'il est possible de renoncer ou d'accomplir sans effort ? Parce que la paix c'est bien cela, n'est-ce pas ? Une paix obtenue à la suite d'une lutte intérieure n'est plus la paix. C'est un état d'épuisement, et la paix ne peut absolument pas s'établir par suite d'efforts. Elle ne vient que quand il y a compréhension : un mot qui n'est pas sans difficulté. Il ne s'agit

pas de compréhension intellectuelle. Habituellement quand nous prétendons comprendre quelque chose, nous voulons dire que nous l'avons saisi intellectuellement, conceptuellement. Mais la compréhension ne peut se produire que quand il y a attention totale. L'attention totale n'est possible que lorsque nous nous donnons complètement. L'esprit, le corps, les nerfs, l'être tout entier, tout cela est intensément actif. C'est alors seulement qu'il y a compréhension.

Il nous faut comprendre nos vies d'êtres humains. Pour nous, la vie est un état de contradiction chaotique. Ce n'est pas là une description sentimentale ou émotive ; il en est réellement ainsi. Nous sommes plongés dans la confusion, la détresse, l'anxiété, la peur et le désespoir. Nous sommes hantés à tout moment par la douleur et par la crainte. Telle est notre vie et inévitablement elle se termine dans la mort. C'est là tout ce que nous savons. Nous pouvons donner libre cours à notre imagination, avoir de nombreux idéaux, des formules, des évasions, mais plus nous nous évadons, plus intense est la contradiction, plus profond le conflit.

Sommes-nous capables de regarder notre vie telle qu'elle est réellement et non pas telle qu'elle devrait être ? Tout idéal est totalement futile ; les idéaux n'ont absolument aucune portée. Voyez les gens qui croient à la non-violence ! En fait ils sont violents. Telle est la réalité. Les êtres humains *sont* violents. Leurs paroles, leurs gestes, leurs activités, leurs sentiments témoignent de cette violence. Ils ont cultivé, ils entretiennent l'idéal de ne pas être violents, d'avoir la paix, la non-violence. Il y a donc le fait, et ce qui devrait être. Entre ce qui est et ce qui est désirable, entre le fait et l'idée, l'utopie, le ce qui devrait être, il existe un intervalle de temps. Lancés à la poursuite de ce qui devrait être, nous voyons qu'à chaque instant la graine de la violence est semée. C'est une vaste duperie ; une façon hypocrite de regarder la vie. Si nous savons comment regarder un fait et nous en affranchir, il n'y a aucun besoin d'idéal. Parce que nous ne savons pas comment regarder les faits et nous en affranchir, nous nous figurons qu'un idéal nous aidera à les résoudre. Mais en réalité cet idéal, ce qui devrait être, cette utopie, est une évasion

devant la réalité. Quand nous saurons *comment* regarder la violence, nous déboucherons peut-être sur une action différente. Approfondissons un peu la chose.

Je suis violent mais je constate que je refuse d'affronter cette réalité, ce fait que je suis violent, que *n'importe quelle évasion*, que ce soit l'usage de l'alcool, l'établissement d'idéaux, ne fait qu'épuiser l'énergie dont je dispose pour regarder le fait en face. Il me faut de l'énergie pour regarder, pour être totalement attentif. Ceci encore est une simple vérité. Si vous voulez regarder n'importe quoi, il vous faut une grande énergie. Si vous n'y prêtez qu'une demi-attention, parce que vous entretenez des idéaux qui n'ont que faire ici, vous dissipez votre énergie et vous êtes par conséquent incapables de regarder. Regarder est un processus qui exige *toute* votre attention. Cette attention n'est possible que s'il n'existe aucune fuite vers un idéal, aucun désir de modifier ce qui est.

Le désir de modifier ce qui est ne surgit que quand le fait est déplaisant. Quand il est agréable nous n'avons pas envie de le changer. Ce qui nous tient à cœur c'est la recherche du plaisir, le rejet de la souffrance. Notre préoccupation principale c'est le plaisir, non pas la violence ni la non-violence, ni la bonté ou n'importe quoi d'autre. Nous sommes assoiffés de plaisir, et pour y parvenir, pour obtenir ce plaisir, nous ferons n'importe quoi. Tant que nous regarderons le fait dans l'intention de le modifier, nous en serons incapables parce que notre préoccupation principale est bien de le modifier mais en fonction du plaisir, et ceci reste vrai si noble que ce plaisir puisse être. Il nous faudrait voir ceci absolument clairement parce que toutes nos valeurs morales, éthiques et religieuses, sont basées sur le plaisir. Ceci est un fait vrai, non pas imaginaire, et nous pouvons le découvrir si nous nous regardons nous-mêmes très profondément et si nous scrutons toutes les valeurs que nous avons établies. Et là où règne le principe du plaisir, il y a forcément souffrance. Nous regardons la violence dans le but de la transformer, de trouver par-là un plus grand plaisir, et dès lors nous sommes incapables de modifier ce fait que nous sommes violents. Nous regardons toute la vie en termes de plaisir.

Les êtres humains sont violents, profondément, et pour

des raisons diverses. Une raison centrale c'est que toutes leurs activités tendent au prolongement du JE, du MOI. Les activités égocentriques sont une des raisons de la violence. Pour rendre possible une révolution radicale, il me faut comprendre tout le principe du plaisir. J'aime mes dieux ; j'en tire une intense satisfaction. Vous aimez vos dieux, vos formules, votre nationalité, votre drapeau. Tout cela est basé sur le plaisir. Je puis lui donner des noms différents, cela ne change rien à la chose. Voilà le fait. Est-il possible de regarder la violence sans faire aucun effort pour la modifier dans le sens d'un plus grand plaisir, mais purement et simplement d'observer ce fait que je suis violent ?

Il faut comprendre ce que cela signifie que de regarder et d'écouter. Regarder est une des choses les plus difficiles parce que tout ce qu'on voit, qu'on entend, on l'interprète ; on approuve ou on désapprouve. L'esprit, le cerveau s'activent d'une façon incessante étant à l'écoute, rejetant ou acceptant ce qui est dit, le niant ou s'y conformant. Mais écouter vraiment implique la tranquillité complète ; autrement on n'est pas capable d'écouter. Habituellement nous n'écoutons pas ce qui est dit. Nous ne percevons pas l'oiseau ou le vent dans les feuilles. Vraiment nous n'écoutons pas. Nous avons par avance traduit en termes de paroles et d'images, et nous regardons toutes choses à travers ces images, ces rapports, ces expériences, ce savoir. Après tout, écouter votre ami, votre femme ou votre mari, est une des choses les plus difficiles à faire parce que vous avez d'eux une image préconçue, tout comme eux ont une image de vous. Le rapport s'établit entre deux images ; ce sont celles-ci qui conversent ensemble, et ces images sont des souvenirs, des expériences faites de toutes sortes de heurts, de tout ce qui s'ensuit. Dans tout cela on n'écoute pas vraiment. Pour écouter il faut être affranchi de l'image.

De la même façon, pour voir, il ne faut pas que l'image s'interpose. Alors nous pourrons regarder la violence, nous pourrons nous rendre compte si c'est le mot qui crée le sentiment ou si le sentiment de la violence est indépendant du mot, parce que le mot n'est pas la chose. Bien que le cerveau soit actif, quand on regarde, il est dans un état de négation, parce qu'il n'y a plus d'image qui regarde.

Chacun de nous a une image de lui-même et de l'autre. Vous ne me regardez pas vraiment. Vous regardez l'image que vous entretenez de moi, tout comme vous avec une image de votre femme, de votre mari, de vos enfants, de votre pays. Il existe des rapports entre ces images, ce que nous appelons des rapports. Et quand nous voulons écouter ou regarder, ces images interviennent. Des images d'offenses, de paroles prononcées, de souvenirs, d'expériences accumulées, toutes ces choses interviennent et par conséquent on ne regarde pas véritablement, et il n'y a pas de rapports réels entre deux personnes. Il ne peut y avoir de rapports vrais que quand il n'y a pas d'images.

Quand vous êtes capables de regarder la violence sans en avoir une image, quel est l'état de l'esprit ou du cerveau qui regarde ? Si vous n'avez aucune image de votre femme et qu'elle n'en a aucune de vous, aucune image du tout, quel est l'état de votre esprit et du sien, de votre cerveau et du sien, qu'est-ce qui se passe ? Vous n'avez aucune image de vous-mêmes en tant qu'Anglais. Vous ne vous voyez pas en tant que chrétien ou hindou, ou que mari ou que femme. Aucune image du tout. Pour être libérés de telles images, il vous faut examiner très profondément toute la question de la formation des images, et si vous l'avez examinée, approfondie soigneusement, scrupuleusement, votre esprit n'est pas dans un état de vide et d'inertie ; il n'est pas assoupi. Au contraire il est intensément actif, mais cette activité n'est pas l'activité du créateur d'images.

Avec cette attention-là, vous êtes capables de regarder. De regarder un arbre ou une fleur ou un oiseau, ce sont là des choses assez faciles, mais regarder intérieurement et de la même façon notre propre violence, nos plaisirs, nos souffrances, c'est une autre affaire. Nous ne sommes capables de regarder et d'écouter que quand l'esprit, quand le cerveau sont complètement calmes ; autrement nous ne pouvons pas voir. Le changement, la révolution totale n'est possible que quand existe cette attention qui regarde, une attention où ne règne plus le processus créateur d'images, d'images nées du principe du plaisir ou des valeurs qui en sont issues. Voilà ce que cela signifie que d'être libre. La liberté signifie la faculté de regarder, d'observer, parce que dès lors voir c'est agir.

Nous voyons tout ce qu'implique la violence, historiquement et dans le présent. Nous savons ce qu'elle signifie. Il y a eu, à ce qu'on m'a dit, 15 000 guerres dans les 5 500 dernières années, deux guerres et demie par an. Elles ne se passent peut-être pas ici où nous nous trouvons, mais elles se poursuivent quelque part dans le monde. En dépit des religions, de toute la bonté, nous avons accepté la guerre comme un élément de la vie. L'homme a accepté la violence comme étant dans la nature même de la vie. Les politiciens, les gens religieux parlent tous de la paix. Mais nous ne pouvons pas avoir la paix si nous ne vivons pas paisiblement, et pour vivre paisiblement il faut qu'il n'y ait aucune violence. C'est là une chose qui exige une immense recherche, un profond examen. Un changement, une révolution radicale dans la conscience ne sont possibles que lorsque nous sommes capables d'observer, de voir, d'écouter et de savoir que toute observation, que toute vision est en même temps action. Est-il possible de mettre fin à toute violence en nous-mêmes d'une façon immédiate et instantanée, entièrement dégagés de l'élément temps ? Notre conditionnement nous pousse à nous dire : « Je vais me débarrasser de la violence petit à petit. » Nous nous sommes habitués à cette évolution, à cette modification graduelle, mais n'est-il pas possible de mettre fin à la violence en nous-mêmes, instantanément ? Je dis qu'il est possible d'y mettre fin instantanément, dès l'instant où nous sommes capables d'observer le fait d'une façon complète, avec une attention totale où ne demeure aucune image d'aucune sorte. C'est comme une personne qui prend conscience d'un abîme, d'un danger ; à moins d'être névrosée, déséquilibrée, elle se retirera du danger, et c'est une action instantanée. Voir le danger, le voir réellement, c'est être libre de toute image. Dès cet instant, nous sommes capables de regarder dans le silence, dans le calme complet. Nous verrons alors que le fait à subi une totale mutation.

Une révolution dans la totalité de la psyché de l'homme ne peut absolument pas être produite par la volonté, la volonté étant désir, décision, un projet de vie qui nous mène à la paix. Elle n'est possible que quand l'esprit peut être à la fois calme mais actif, capable d'observer sans créer d'image conforme à son expérience, son savoir accu-

mulé, et son plaisir. La paix est une chose essentielle parce qu'on ne peut fleurir dans la beauté et la bonté que par elle. Ce n'est possible que quand on est capable d'écouter la totalité de l'existence avec tout son tumulte, sa détresse, sa confusion, son tourment, l'écouter simplement sans aucun désir de la changer. L'acte même d'écouter est alors l'action d'où naît une révolution.

26 avril 1966.

II

Quand j'aurai parlé un peu, vous voudrez peut-être me poser des questions pour éclaircir les choses traitées.

Nous nous sommes rencontrés dans une autre salle et nous avons dit qu'il est extrêmement important à tous les points de vue, de vivre dans la paix et la liberté. Pour vivre dans la paix, il nous faut mener une vie paisible, chose qui exige une grande énergie parce que tout notre conditionnement nous pousse à ne pas l'être. Nous sommes agressifs, dominateurs, compétitifs et brutaux. Notre façon de vivre n'est absolument pas paisible parce qu'essentiellement toutes nos activités sont centrées sur nous-mêmes et par conséquent engendrent le conflit. Rares sont ceux d'entre nous qui insistent pour être libres ; nous sommes parfois poussés à un état de révolte, à nous dresser contre telle ou telle chose. Cet état de révolte met en branle de nouvelles réactions auxquelles nous nous laissons prendre et nous sommes ainsi constamment, si nous voulons bien l'observer, dans un état de conflit intérieur ou extérieur. Jamais nous ne sommes libres ; jamais nous n'affirmons notre volonté d'être libres en nous-mêmes, et nous sommes sans cesse le jouet de toutes sortes de problèmes, de toutes sortes de contradictions.

Encore une fois, pour être libres il nous faut une immense énergie. La liberté et la paix ne sont pas de simples concepts intellectuels, des idéaux auxquels il faut parvenir, pour lesquels il faut lutter. Se lancer à la poursuite de quelque chose, lutter pour l'obtenir, exige évidemment un certain type d'énergie, une certaine discipline, une domination, une imitation, mais la liberté dont nous parlons n'est l'effet d'aucune décision, d'aucune volonté, d'aucune détermina-

tion. Elle se produit d'elle-même, me semble-t-il, quand existe une clarification de nous-mêmes, quand nous sommes limpides. Et comme la plupart d'entre nous, sommes plongés dans la confusion, la contradiction, toutes nos activités agissant à partir de cette confusion ne font que nous entraîner à des états de plus en plus contradictoires, troubles et confus. Cela me paraît assez facile à comprendre. Si je suis dans la confusion, tout ce que je fais, toutes mes pensées, tous les sentiments que je puis avoir sont forcément confus. Il n'y a pas en moi une parcelle de mon être qui ne soit trouble. L'idée qu'il y a des instants où je vois clairement est absolument fallacieuse. Que je m'observe et je me vois imprégné de confusion. A partir de cette confusion toute pensée, toute action, tout sentiment ne peuvent que conduire à un chaos plus complet encore. Ceci, je crois, il faut que ce soit vu et compris parce que nous nous figurons qu'il y a certains recoins en nous, capables de voir les choses très clairement. Si par hasard un élément voit les choses clairement, il y en a un autre qui vient contredire ce qui est clair. Peut-être puis-je, par moment, agir avec clarté, mais à d'autres j'en suis incapable. Il y a, me semble-t-il, une contradiction entre cette clarté que je me figure avoir par moments et le manque de clarté qui règne, là où je suis plongé dans la contradiction. Et, en tout cela, il n'y a que contradiction. En réalité il n'y a pas de clarté du tout. Nous sommes dans la confusion totale ; il est très difficile de s'avouer cela à soi-même, nous aimons prétendre à des moments de clarté ; il n'y en a pas. Il est donc très important de nous demander ce que c'est que d'être sérieux.

S'il vous plaît, cette causerie est tout à fait intime. Tout à l'heure nous allons discuter, nous parlerons ensemble de toutes ces choses. Ce n'est pas une causerie où il y a un orateur et un auditoire passif. Travaillons dans un esprit de partage, approfondissons les choses naturellement, avec aisance, afin de commencer à comprendre les différents problèmes qui troublent nos vies.

Je demandais ce que c'est que d'être sérieux. La plupart d'entre nous avons l'impression de l'être, mais nous ne nous demandons jamais quel est l'état d'un esprit, qui l'est véritablement, et non pas seulement quand il s'agit de telle

ou telle question. Si nous le sommes au sujet d'une seule chose donnée cela nous conduit à différentes formes de souffrance. C'est comme un homme qui, en tout sérieux, se met à boire, ou à suivre une idée, une activité, une action, un engagement qu'il a pris et qu'il poursuit jusqu'au bout. Pour nous, sont sérieux, ceux qui ont un concept, une idée, un idéal, et le suivent logiquement, brutalement, sans scrupule, ou au contraire avec un certain sentiment de sympathie. Voilà l'homme dont nous disons qu'il est sérieux, mais l'est-il ? Un homme l'est-il lorsqu'il suit une ligne de conduite formulée par lui-même, à laquelle il a réfléchi, qu'il a acceptée parce qu'il est conditionné dans ce sens, et qui, désormais, vit conformément à ce modèle ? Pour moi un tel homme n'est pas sérieux du tout, parce que jamais il ne s'est demandé, à ce qu'il me semble, ce que c'est que de l'être. Quel est l'état d'un esprit qui est sérieux en soi, et non pas sérieux pour telle ou telle chose ? Si nous pouvions tout d'abord approfondir un peu cette question, nous pourrions alors revenir en arrière et parler de la paix et de la liberté, mais à un autre niveau.

Donc, nous nous demandons quel est l'état d'un esprit qui est véritablement sérieux. En général, pour nous, celui-là l'est qui poursuit avec persistance une chose fragmentaire. Il est très sérieux quand il s'agit de peinture ; il a des sentiments très arrêtés au sujet de la peinture, de l'art, de la musique ou de tout autre chose. Il n'est pas conscient des autres parties de son cerveau, il n'y pense même pas. Ses activités sociales, ses réactions quotidiennes et ainsi de suite, ne sont pas importantes pour lui parce qu'il est entièrement engagé vis-à-vis d'un certain fragment de son existence. Il est peut-être un artiste, un savant, un poète ou un écrivain, mais tant que son esprit travaille d'une façon fragmentaire et s'est totalement engagé à suivre ce fragment, politiquement ou religieusement, une telle activité fragmentaire ne témoigne certes pas d'un sérieux réel, parce qu'elle est en contradiction avec le reste de l'existence.

Une personne sérieuse, à ce qu'il me semble, est celle qui ne fonctionne pas par fragments, dont la pensée n'agit pas par éléments séparés. Est-il possible d'être complètement attentif à la totalité de l'existence et non pas à ses éléments, ses parties, mais à sa totalité ? Celui qui est sérieux de cette

façon n'a en lui aucune contradiction. Est légère la personne qui vit dans la contradiction. Ce point est-il clair ? S'il vous plaît, n'approuvez pas, ne désapprouvez pas. Examinez ce qui a été dit, sentez la chose par vous-mêmes, prenez conscience de cette action fragmentaire, ne prenez pas pour sérieux ce qui ne l'est pas, découvrez ce qu'est un esprit véritablement sérieux, qui ne fonctionne pas par fragments mais qui considère le tout. Certes c'est là l'esprit sérieux, celui qui est conscient du processus de la vie dans sa totalité.

☆ *Puis-je vous poser une question ?*

★ Mais oui, s'il vous plaît.

☆ *Par ma propre observation je reconnais l'exactitude de ce que vous dites. Une des choses qui m'empêche d'être sérieuse, c'est cette impossibilité de porter la totalité.*

★ Cette dame dit que la difficulté c'est l'impossibilité pour elle de porter la totalité. Permettez-moi de parler encore un peu si cela ne vous fait rien, de continuer un peu, avant de poser des questions et de discuter ensemble. Voyez-vous, il ne me semble pas que ce soit une question de *porter* quoi que ce soit. Il n'y a aucun fardeau à voir quelque chose globalement. Ou bien vous le voyez, ou bien vous ne le voyez pas. Quand vous le voyez ce n'est pas un fardeau. Quand vous ne le voyez pas, quand tout est confus pour vous, cette question du sérieux et tout ce qui s'ensuit, c'est alors que cela devient un terrible fardeau. Permettez-moi de parler encore un peu et nous examinerons ensemble ce point.

Nous parlons du sérieux parce qu'il nous faut absolument, d'une façon ou d'une autre, éliminer notre contradiction interne parce que c'est elle qui est la source du conflit.

Un esprit où règne le conflit est incapable de perception, de vision. C'est un esprit déformé, et à mesure que la contradiction devient de plus en plus aigüe elle conduit à différentes formes de déséquilibre, d'états de névrose, et ainsi de suite. Est-il possible pour un esprit, pour quelqu'un, de vivre sans contradiction dans sa vie quotidienne et par conséquent sans conflit ? Pour le découvrir nous

avons à nous demander ce qu'est un esprit sérieux. Si nous pouvons une fois comprendre cette question, nous pourrons alors ne pas fonctionner par fragments mais à partir d'un état entièrement différent où il n'y a plus aucune contradiction.

S'il vous plaît, avant de me poser cette question écoutez ce qui a été dit, sans vous demander comment parvenir à cet état, comment l'obtenir, parce que tout cela témoigne d'un grand manque de maturité.

Il est essentiel pour l'homme de vivre dans la paix. Ceci veut dire qu'il lui faut mener une vie paisible. Ce mot « mener » implique la totalité et non pas la partie. Ceci est-il possible pour un esprit, pour un cerveau qui a été entraîné, éduqué, conditionné pendant des siècles et des siècles à vivre, à accepter une formule de vie empreinte de conflits. Les cellules cérébrales elles-mêmes y sont habituées. Notre point de vue sur la vie est ennemi de la paix. Toute notre structure sociale, morale, éthique et religieuse est ennemie de la paix. Cette structure psychologique créée par l'homme au moyen de la soi-disant évolution pendant des siècles et des siècles fait partie de nous-mêmes. Nous sommes cela. Ce n'est pas une réponse que de fuir cette structure en se réfugiant dans un monastère ou dans un hôpital pour aliénés, ou de rechercher des drogues, ou de dire : « Voyez-vous je suis contre cette guerre, mais dans une autre guerre je me battrais peut-être. Je suis contre la guerre au Vietnam, mais si mon pays est attaqué, je suis pour ». Nous avons donc accepté la guerre, qui n'est pas autre chose que notre vie quotidienne poussée à l'extrême ; nous l'avons acceptée comme étant naturelle à la vie. Les parlotes religieuses où il est question de paix, et de tout ce qui s'ensuit, ne sont pas autre chose que du bla-bla-bla. Cela n'a pas de sens.

Nous l'avons acceptée. La trame de notre vie c'est la guerre, et non la paix, parce que nous sommes compétitifs. Nos cerveaux réagissent à ce conditionnement, qui est conflit, lutte, bataille. Est-il possible de modifier cette structure tout entière, dont nous faisons partie, dont notre cerveau lui-même fait partie ? Est-il possible d'y mettre fin ? La pensée, qui a créé une formule de vie où règne le conflit, cette pensée même qui est le résultat de siècles où ont pré-

valu des idées de violence, peut-elle y mettre fin ? La pensée est-elle capable de mettre fin à un mode de vie qui est brutal ? Notre mental, notre cerveau, nos pensées ont engendré un mode de vie dont l'essence même est violence, agressivité, et tout ce qui s'ensuit. La pensée ne peut pas y mettre fin. C'est elle qui a créé tout cela ; et par conséquent elle ne peut pas y mettre fin. Elle peut créer de nouveaux cadres qui soient en opposition avec elle, mais qui renferment la semence de la violence, parce qu'elle produit toujours un mode de vie basé sur son propre plaisir.

La pensée est incapable d'engendrer un mode de vie où règne la paix. Je ne sais pas si vous sentez cela. Quand la pensée se dit : Il faut que je sois non-violent ; il faut que je trouve un mode de vie où toute activité soit paisible, sans violence », elle ne fait ainsi que créer des résistances à la violence, et toute résistance est contradiction. Par conséquent nous nous retrouvons dans le même chaos qu'auparavant. La pensée sous forme de volonté, la pensée qui dit : « Il faut que je me décide à vivre d'une vie paisible », la pensée elle-même a créé un mode de vie qui ne l'est pas, elle n'est pas capable de créer un autre mode de vie qu'elle considère comme non-violent, mais qui en fait, l'est. C'est un problème véritablement extraordinairement subtil. Il ne s'agit pas de dire : « Je mène une vie où règne la paix ». C'est là ce qui a été fait dans tous les monastères et par des gens qui ont renoncé au monde ; mais ils ne mènent par des vies paisibles, intérieurement ils bouillonnent.

Pour nous, ceci est très simple, mais je vais un peu l'approfondir. La pensée a créé ce mode de vie qui est notre vie quotidienne. Elle peut se dire à elle-même : « Je vais créer un mode de vie différent, un mode de vie où il y aura la paix ». Parce qu'elle a découvert que la vie que nous vivons, qui est notre état normal, est pénible, douloureuse et destructrice. Et par conséquent, en réaction à tout cela, elle crée un nouveau mode de vie dont elle se figure qu'il sera empreint de paix. Mais si nous voulons bien examiner de près ce mode de vie créé par la pensée en vue d'obtenir la paix, nous voyons qu'en réalité ce n'est qu'une résistance à la violence. Et par conséquent ce nouveau mode de vie est lui-même aussi une contradiction.

Ceci doit être vu très clairement, non pas comme moyen d'argumenter, non pas pour se dire d'accord avec des paroles prononcées ou pour voir intellectuellement. Voir intellectuellement, verbalement, est absolument dénué de sens. Mais si l'on voit que la pensée est absolument incapable de créer un mode de vie véritablement paisible, ce qui voudrait dire un mode de vie où il n'y aurait aucune contradiction et aucun conflit, on en arrive à se demander : « Quelle est l'origine de la pensée ? » Et, à moins de découvrir cela, on ne peut aider la pensée à créer un mode de vie nouveau ou différent. Ce que je dis est-il à peu près clair ? L'origine de la pensée, ses débuts, doivent être découverts.

Ceci exige un sérieux considérable, non pas fragmentaire, mais réel. Ce n'est pas une chose dont on puisse s'amuser. On ne peut pas dire intellectuellement : « Oui, tout cela est excellement raisonné », et être d'accord ou non, et y ajouter ou en retrancher quelque chose. Cette attitude-là ne nous aidera pas du tout. Il nous faut une attention intense et sérieuse quand nous posons cette question ; il faut absolument vouloir découvrir. Parce que si l'on parvient à découvrir l'origine de la pensée, si elle peut être découverte, alors la pensée prend sa juste place, elle a son importance à un certain niveau mais n'interviendra pas à un niveau plus vaste.

Je vais m'exprimer autrement. La vie que je mène n'est pas paisible. En tant qu'être humain je ne sais pas ce que paisible veut dire. Tout ce que je connais c'est un mode de vie qui est guerre intérieure et extérieure. Je vois aussi qu'un esprit vivant dans la paix est un esprit extraordinaire, plein d'énergie. En lui aucune énergie dissipée, à aucun niveau, et seul un esprit vivant ainsi complètement et consciemment est capable de fonctionner. Son action est beauté, amour, vertu, parce qu'en lui il n'y a aucune parcelle de résistance.

Il est essentiel d'être paisible. L'homme a parlé de la paix depuis ses origines mêmes. Les églises ont dit que la paix nous est nécessaire, tout le monde l'a dit. Très malheureusement les politiciens en parlent. Pour eux la paix n'est qu'un intervalle entre deux catastrophes, deux guerres, deux élections ou tout autre chose. Si l'esprit ne peut pas découvrir la source de la pensée, il sera de nouveau pris

au piège d'un mode de vie qui, en fin de compte le conduira au conflit, un mode de vie qui est violence. La source doit être découverte. Tant qu'existe l'observateur et la chose observée il y a contradiction, une distance, un intervalle de temps, un hiatus entre eux, et la pensée existe forcément. (S'il vous plaît, ne prenez pas de notes. Ce n'est pas ici une conférence où vous allez prendre des notes pour y penser plus tard à la maison et en discuter avec quelqu'un d'autre. C'est un travail que nous accomplissons en commun.)

Tant qu'il y a l'observateur et la chose observée, l'intervalle de temps qui existe entre eux, la distance, l'espace, la division est l'origine de la pensée. C'est seulement quand l'observateur *est* la chose observée, qu'il n'y a plus d'observateur, qu'alors il n'y a plus de pensée.

Objectivement je vois un arbre au printemps. Il n'a pas encore bourgeonné, ses branches nues font un dessin délicat qui se détache sur le ciel bleu. Je le vois, moi l'observateur, et il y a cet arbre, l'observateur, la chose observée. L'arbre n'est pas moi. L'arbre est quelque chose d'extérieur. J'y pense, je me dis combien il est beau, charmant, comme il est sombre, noir, contre le ciel nu, et l'observateur porte en lui des souvenirs de cet arbre, son espèce, son nom, qui tous sont des souvenirs accumulés effectivement au sujet de cet arbre. L'observateur c'est la mémoire, celui qui connaît, et à partir de cette connaissance, de cette mémoire, de cette expérience, de ce savoir, il regarde l'arbre. Alors l'observateur réfléchit tant qu'existent l'observateur et la chose observée, en pensée, en action. Voilà comment les choses se passent.

Prenez un autre exemple. Il y a une femme et son mari. Il est assez facile de regarder un arbre, mais cela devient un chose beaucoup plus compliquée quand le mari et la femme se regardent. Il existe toujours l'observateur et la chose observée. L'observateur qui a vécu avec cette autre personne se souvient des plaisirs, sensuels ou autres, de la camaraderie, des heurts, des flatteries, du réconfort, de l'arrière-plan de ses rapports. Chacun entretient une image de l'autre. A partir de cette image, de sa mémoire, de ses expériences, de ses plaisirs, jaillit la pensée. Un rapport s'établit entre les deux images. Ceci encore est très clair et l'on

voit très bien que, tant qu'existent l'observateur et la chose observée, la pensée doit forcément fonctionner. C'est *là* qu'est la source de l'action : la pensée. Tant qu'il y a la moindre division, la moindre séparation, il y a forcément un début de pensée, ce qui ne veut pas dire que la pensée s'identifie avec l'objet afin de réfléchir ; au contraire, elle ne s'identifie avec l'objet que dans le but de se pacifier, mais elle est toujours active au sein même des rapports établis.

L'origine du penseur a été découverte, mais quand le penseur, celui qui fait l'expérience, l'observateur *est* la chose observée, l'expérience, la pensée, alors dans cet état il n'y a plus de pensée du tout. Voilà le mode de vie où règne la paix. Si vous êtes sérieux, non pas d'une façon fragmentaire, au moment où cela vous convient, où cela vous réconforte, où cela vous donne du plaisir, mais pour trouver un mode de vie où règne la paix, où il n'y a pas de contradiction et par conséquent pas de conflit, pas d'effort du tout, pour cela il vous faut examiner tout ce processus de la pensée, et l'origine de la pensée. Ceci ne veut pas dire que vous ne devez pas utiliser la pensée. Très évidemment vous devez l'utiliser. Mais quand elle est utilisée sans que son *alpha* et son *oméga* soient compris, elle ne fait qu'engendrer de nouveaux conflits, de nouvelles confusions, comme elle le fait en ce moment. Mais quand une fois il y a eu cette clarification qui se produit quand l'observateur est la chose observée, la pensée dès lors perd de son immense importance.

La paix n'est pas une fin en soi. La paix n'est pas l'objet d'une lutte comme on lutte pour un idéal, ce n'est pas une chose que nous recherchons dans le but de vivre paisiblement. Elle vient naturellement, sans effort, sans lutte, dès l'instant où la pensée s'est comprise elle-même. Ceci ne veut pas dire que la pensée met fin à sa propre action, ce qui évidemment serait enfantin et puéril. Mais quand on a compris tout ce processus de la pensée, alors, tout naturellement, on arrivera à quelque chose que l'on peut appeler, si l'on veut, la paix ; mais ce mot n'est pas la chose. Ce n'est que la base. Nous sommes en train de poser des fondations, parce que sans les fondations justes, la pensée, l'esprit, ne peuvent absolument pas fonctionner dans

cette nouvelle dimension ; et maintenant, nous pourrons en parler.

☆ *Quand on a obtenu l'unification avec le Tout-Puissant, on est alors plongé dans un état de lumière, entouré de la lumière que Dieu a créée et mise là afin que l'on puisse jouir d'être au centre, d'une soumission inconsciente à un état de perfection, ne faisant plus qu'un avec le Tout-Puissant.*

★ Je regrette, monsieur, je crois que nous ne parlons pas de la même chose. Si vous voulez bien me permettre de le dire, il n'y a aucune identification du soi avec ce qu'on appelle le Tout-Puissant. Tout ceci fait partie du processus de la pensée. Regardez, monsieur, l'homme a fait absolument tout ce qui lui a paru possible pendant deux millions d'années et plus pour vivre dans un état de paix, parce qu'il voit que la vie est si brutale, si dévastatrice, une guerre marchant sur les talons de la dernière. Des gens sont en train de se faire détruire au Vietnam. Des millions d'hommes ont été tués au nom de la religion, au nom de l'amour, au nom de Dieu, au nom du Tout-Puissant. Vous me suivez ? L'homme a tout fait pour découvrir, et apparemment il n'a pas réussi. Peut-être qu'ici où là, quelqu'un a pu le faire, mais ce n'est pas vrai de vous et de moi, et par conséquent pour nous c'est sans importance. Ce qui est important c'est notre vie, notre vie quotidienne et nous avons à la résoudre, non pas dans un avenir incertain, non pas dans dix ans, cinq ans, mais vraiment maintenant, immédiatement, parce que si nous ne le faisons pas nous semons des graines de violence, que récolteront nos enfants. Et quand nous disons : « Dieu est l'entité suprême », je ne le dis pas, nous parlons de quelque chose dont nous ne savons rien du tout. Tout ce que nous connaissons c'est cette vie brutale, cette vie de désespoir, d'anxiété, de tourments, de souffrance. Si nous n'y mettons pas fin, non pas hypothétiquement, non pas idéalement, mais si nous n'y mettons pas fin vraiment, alors nous vivons pour engendrer des guerres futures.

☆ *Je voudrais soulever cette question de l'origine de la*

pensée. J'ai lu votre livre « La Première et la Dernière liberté », *et j'ai découvert que ma vie est ce que je l'ai faite moi-même. Toutes ces anxiétés, ces luttes qui sont engagées par moi quotidiennement, c'est moi qui les ai suscitées. Mais j'ai atteint un point auquel je me sens incapable en vous écoutant ce matin, de saisir cette origine de la pensée. Je suis un homme constamment tourmenté dans ma vie d'affaires, ayant des problèmes, toutes sortes de préoccupations, je voudrais m'affranchir de tout cela et ainsi je lis vos livres. La semaine prochaine je serai de nouveau plongé dans ma vie d'homme d'affaires, tourmenté par tous ces problèmes qui vont et viennent et se prolongent. Pour moi, aujourd'hui,* C'EST LE JOUR UN. *Où puis-je aller avec cette origine de la pensée ? Comment m'en affranchir de façon à connaître cette paix dont vous parlez ? Car je sais que je ne vis pas dans la paix. Comment cela peut-il se produire pour moi ?*

★ C'est ce dont j'ai parlé, monsieur, c'est ce que j'ai expliqué. Que ce point soit bien clair. Ce n'est pas ici un confessionnal. Il ne s'agit pas de confesser nos difficultés les uns aux autres. Nous cherchons à comprendre le problème tout entier, et non pas les conflits individuels localisés, ou des problèmes publiquement confessés. Nous avons vécu de cette vie dans nos affaires, chez nous, c'est notre mode de vie. Si nous désirons vivre autrement, nous ne savons pas ce que c'est ; en réalité, nous ne savons pas ce que cela veut dire que de vivre dans la paix. Nous ne pouvons pas nous en faire une image, un tableau. Nous ne pouvons pas en brosser un tableau et poursuivre ce tableau. Nous n'en connaissons rien, et nous ne pouvons nous lancer à la poursuite d'une chose que nous ne connaissons pas. Nous ne savons qu'une chose : dans nos affaires, chez nous, tout ce que nous touchons appartient à un genre de vie où règne le conflit. Nous ne connaissons que cela. Nous refusons de regarder aucune autre chose, parce que ce serait une illusion, une évasion, et par là un gaspillage d'énergie. Nous avons l'énergie nécessaire pour affronter ce problème. Dès lors nous refusons absolument de reculer devant ce qui est. Pour y accorder notre pleine et entière attention, — et par conséquent notre complète énergie, — nous

ne devons pas nous tourner vers quelqu'un ou quelque chose d'autre ; nous n'en avons pas le temps. Nous devons nous y consacrer complètement : notre corps, notre esprit, tout ce que nous avons, pour le comprendre. Et je dis que, pour le comprendre, il nous faut comprendre cette question de l'observateur et de la chose observée. S'il vous plaît, monsieur, c'est une chose très claire ; c'est très simple à exprimer en paroles, mais pour pénétrer la chose intérieurement il vous faut un esprit très discipliné, non pas un esprit qui *a été* discipliné, — un tel esprit est un esprit mort, — mais pour y pénétrer, l'acte même d'examiner est discipline. Ce que nous essayons de faire est de découvrir pourquoi existe cette contradiction, ce conflit, tout ce qui remplit notre vie. Et je dis que tant que c'est la pensée qui domine, tant qu'elle n'a pas été comprise, tant que nous n'avons pas saisi comment débute son activité, vous vivrez toujours dans le conflit, que vous soyez dans les affaires ou non.

Est-il possible d'être dans les affaires, de vivre d'une vie de famille, de regarder un arbre, sans conflit ? Ce n'est possible que quand l'observateur est la chose observée. Ceci exige une compréhension immense, monsieur. La question n'est pas de savoir comment on y parvient, ce n'est pas une chose à laquelle on parvient. Il faut la vivre. Il faut la pénétrer. Vous voyez un arbre, — en fait vous n'avez jamais *vu* d'arbre, — il y a en vous une image préconçue de l'arbre et c'est cette image qui regarde l'arbre. Quand vous regardez une fleur, une femme ou un homme, il y a l'image, qui est le processus de la pensée. Etes-vous capable de regarder l'arbre, la femme, l'enfant, votre chef de bureau, sans l'observateur ? C'est là une chose très importante, monsieur, parce que, dès lors, quand vous irez à votre bureau, vous serez capable de fonctionner sans l'observateur et vous vous apercevrez que vous aimez ce que vous faites.

☆ *Comment peut-on approfondir la chose ? Et quelle est la discipline ?*

★ Une minute ! Je me sers de ce mot « discipline », non pas dans le sens d'imitation, conformisme, contrainte, suppression, adaptation. Pour moi ce n'est pas là une dis-

cipline. Ce n'est que de la peur. C'est une manifestation d'acquisivité sous forme de curiosité ou de plaisir, rien de plus. L'esprit regardant un arbre le regarde à travers l'image qu'il en a déjà. Découvrir cette image, qu'il s'agisse d'un arbre, d'une personne, de votre chef, de votre femme, de votre mari, c'est là la discipline. Le sens original de ce mot, en fait, est « apprendre ». Etre le disciple de quelque chose c'est apprendre. Vous êtes incapable d'apprendre si vous êtes discipliné par avance, mais le fait d'apprendre implique la discipline. Apprendre à connaître est discipline. Je vais donc apprendre, apprendre à connaître. Et pour connaître ceci, je dois découvrir la réponse, pourquoi l'observateur intervient sans cesse, projetant à chaque instant ses images, ses concepts, ses jugements, ses évaluations, son arrière-plan. Pourquoi ? Parce que l'observateur est l'arrière-plan. L'observateur c'est le savoir accumulé, l'entité conditionnée, non pas simplement l'anglais ou l'hindou, ou tout autre chose. Vous êtes conditionné, et ce conditionnement est l'observateur qui regarde cet arbre ou cette fleur, ou cette femme, ou ce pays ou ce drapeau. Scruter ce conditionnement, cet arrière-plan qui est l'observateur, le comprendre, le connaître, c'est l'acte même d'apprendre, c'est la discipline, parce que quand l'image intervient il ne vous reste plus aucune énergie pour regarder.

☆ *Mais que devons-nous faire pour éliminer ce conditionnement ?*

★ S'il vous plaît, les mots mêmes « devoir faire » ou « devions » impliquent une pensée conditionnée. Ou bien vous voyez la chose ou vous ne la voyez pas. En ce moment nous n'assistons pas à une simple conférence matinale où nous passons une heure ou deux pour retourner, après, à nos vies quotidiennes. Ici c'est la vie tout entière. Chaque instant de la vie.

☆ *Existe-t-il une pensée subjective dont l'origine est l'observateur, et ensuite une pensée objective qui est pure pensée ?*

★ Non, non ! Il n'y a pas de pensée subjective ni de pensée objective ; il y a la pensée tout court.

☆ *Vous avez parlé du processus total de la vie. Eh bien ! qu'entendez-vous exactement par là ? Je crois que cela nous aiderait dans notre tâche ici, si vous vouliez nous exposer, nous donner à tous une idée de ce que vous avez appris en Orient au sujet des Maîtres, et des gens merveilleux qui vivent là-bas de l'autre côté du monde. Est-ce que ceci ne joue pas un rôle dans tout ce processus ?*

★ Non, madame, voyez. Recommençons au commencement. Ne nous faut-il pas aborder la vie avec beaucoup de scepticisme. Que personne n'ait plus foi en rien.

☆ *Quelle sottise ?*

★ Vous dites que ce sont des sottises. Très bien. Tout homme réfléchi qui cherche à découvrir quelque chose d'original, qui ne soit pas de seconde main, qui ne lui ait pas été transmis, doit affronter la vie avec beaucoup de scepticisme, ce qui ne veut pas dire qu'il se contente de vivre dans le scepticisme. Il examine ; il n'accepte pas plus qu'il ne rejette. Si l'on veut découvrir s'il existe une réalité, Dieu, ce que l'homme affirme depuis des siècles, se contenter de suivre ce que d'autres ont dit, n'a aucun sens du tout. Les Eglises catholiques comme les Eglises protestantes ont dit que Cela existe, et ceux qui y croient sont conditionnés tout comme les gens qui vivent en Russie ou en Chine qui ne croient à aucune de ces fariboles, parce qu'eux ont été conditionnés à leur façon. Avez-vous jamais parlé à un véritable communiste qui dit : « Mais de quelle sottise parlez-vous ? Il n'existe que le monde matériel ; au-delà, il n'y a rien. Ne soyez pas une bonne femme à la mode d'autrefois, sans réfléchir, ce serait bête. » Pour découvrir, vous devez être affranchi de la double attitude du croyant et du non-croyant, n'est-ce pas ? Vous n'allez pas dire : « Je vais accepter ce point de vue parce qu'il est plus agréable, plus réconfortant », et rejeter tout le reste. Il faut être libre de ce conditionnement. Alors, on

peut avancer. Mais si l'on n'est pas affranchi de cet arrière-plan du conditionnement, comment peut-on examiner ? Comment peut-on rien découvrir par soi-même ? Avant de dire : « Oui » ou « non », avant de dire que je parle de sottises, il vous faut être affranchi de votre propre conditionnement et découvrir s'il est possible d'être libre, si le cerveau qui a été entraîné, sur lequel une propagande deux fois millénaires et plus s'est déversée, si ce cerveau peut se dégager et penser, se regarder lui-même indépendamment de son conditionnement. Voilà le premier point. Après avoir établi cette fondation, qui implique vertu, comportement, absence de compétition, vous pourrez alors demander, méditer et découvrir. La méditation est une chose qui n'existe pas à un seul niveau, elle existe dès le commencement.

☆ *Ne devons-nous penser que des pensées bonnes ?*

★ Non, monsieur. Non, monsieur, je ne parle pas de pensées bonnes et mauvaises, de pensées destructives ou créatives. Nous parlons de la pensée tout court.

☆ *Voulez-vous nous donner un exemple ?*

★ Voyez, monsieur, quand vous aimez quelque chose, vous aimez. L'amour est-il pensée ?

☆ *Il me semble, oui.*

★ L'amour peut-il être cultivé par la pensée ? Est-ce alors de l'amour, ou est-ce un produit de la pensée, lequel n'est pas amour ?

☆ *Il me semble que l'un conduit à l'autre.*

★ Je vous en prie, regardez. Je ne dis pas que vous devez être d'accord ou pas. Mais regardez ce que nous disons, c'est ceci : l'amour est-il pensée ? Quand je dis : « Je vous aime », est-ce ma pensée qui le dit ?

☆ *Mais si vous y pensez, oui.*

★ Ah ! ah ! si vous pensez à l'amour, est-ce l'amour ? Monsieur, je vous en prie, regardez. Il y a le pur mental ; il n'y a alors que le mot. Si le mental dit : « Je vous aime », ce n'est pas de l'amour.

☆ *Est-ce une expérience l'amour de quelqu'un ou de quelque chose ?*

★ Ah ! non. Si l'amour est le résultat de l'expérience, lequel est savoir et tout ce qui s'ensuit, est-ce de l'amour ? Monsieur, regardez. Vous aimez. Pas vous, monsieur, je ne parlais pas d'une façon personnelle. On aime. Si on aime y a-t-il contradiction dans cet amour ?

☆ *Dans un sens, oui.*

★ L'amour peut-il aller avec la jalousie et la haine ?

☆ *Je suppose que oui.*

★ Ne supposez pas, monsieur.

☆ *Il y a cette question d'énergie. En fait, on éclate d'énergie, l'énergie de l'action. Cette énergie est telle qu'immédiatement vous avez envie d'y mettre fin. Ceci est une discipline physique, réelle. Quand vous parlez de conflits, parlez-vous véritablement d'un état physique ?*

★ Non, monsieur. Je crains qu'en ceci nous ne nous rencontrions pas. Regardez, monsieur, quelle énergie physique ne vous faut-il pas pour aller à votre bureau tous les jours. Il en faut pour faire n'importe quoi, et cette énergie physique engendre de la souffrance à cause de ses buts agressifs qui entraînent des conflits psychologiques. Nous parlons de cette énergie qui, extérieurement, engendre des conflits psychologiques. Ces conflits produisent à leur tour différentes évasions, différentes contradictions et un arrière-plan de sécurité duquel j'ai peine à m'écarter. Nous parlons de dégager une énergie totale, une énergie qui ne crée aucune *confusion*. L'énergie que nous dépensons pour

le moment engendre énormément de souffrance et de confusion. Tant que cette énergie n'est pas centrée avec justesse, il y a forcément confusion et c'est de cela que nous avons parlé.

☆ *Hier soir il y a eu subitement une impulsion, une énergie d'être.*

★ Je comprends, monsieur. Maintenant la question est celle-ci : « Suis-je capable par ma pensée de reconnaître quelque chose comme étant vrai ? » C'est simplement une question que je pose. Examinez-là un peu ; ne me répondez pas, monsieur. Je dis que telle chose est vraie. Un tel état c'est l'amour. Cet état de paix, de liberté, je le reconnais. Le processus qui consiste à reconnaître implique, n'est-il pas vrai, que c'est une expérience par laquelle j'ai déjà passé, autrement je ne la reconnaîtrais pas. Par conséquent il ne s'agit pas d'une véritable connaissance. Il n'y a là rien de neuf, c'est du déjà connu. Alors la vérité est-elle cet état de réalité qui n'est pas sujet à la reconnaissance ? Quand vous aimez quelqu'un, si c'est le cas pour vous, à ce moment-là vous voyez que vous aimez. Et dès l'instant où vous l'exprimez en paroles, l'essence en a déjà fui.

☆ *Est-il possible d'apprendre aux enfants de ne pas nommer, puisque nommer est un obstacle ?*

★ J'exprimerai la chose autrement. Il vous faut apprendre à nommer ; il vous faut savoir que voilà un arbre, une fourmi, que c'est ceci, que c'est cela. Mais ce qui est beaucoup plus important, à ce qu'il me semble, ce n'est pas de nommer mais d'éveiller l'intelligence. L'intelligence signifie être sensitif physiquement, émotivement, mentalement, neurologiquement, dans un sens complet. La sensitivité portée à son plus haut point est intelligence. Quand existe cette intelligence vous savez d'instinct que le fait de nommer est un obstacle, qu'il est un facteur de destruction. Mais si vous commencez par l'autre bout, en vous demandant ce qui est impliqué dans le fait de nommer ou de ne pas nommer, vous rendez la question confuse. Le problème est alors celui-ci : dans ce monde moderne

avec toutes les nationalités, les préjugés, avec tout ce qui se passe dans ce pays-ci et dans d'autres, est-il possible d'aider un enfant à être sensitif ? Vous n'êtes pas capable d'aider quelqu'un ou de susciter la sensitivité chez autrui si vous ne l'êtes pas vous-même. Vous pouvez en parler, en discuter. Et dans ce processus vous-même le devenez. Vous n'enseignez pas à un enfant comment être sensitif ; tous les deux vous apprenez ensemble à l'être d'une façon complète et non fragmentaire, sensitif en tant qu'artiste, en tant qu'homme d'affaires, en tant qu'être humain. Dès lors si vous êtes entièrement sensitif, cette sensitivité est intelligence.

30 avril 1966.

III

Dans les deux causeries précédentes nous avons parlé de la paix et de la liberté, de leur impérative nécessité. Nous nous sommes demandés s'il est possible de vivre avec elles dans la société actuelle, et quel est l'état d'un esprit qui, les comprenant, vit dans un monde de violence, de « possessivité » et d'avidité. Nous nous sommes demandés si cet état de paix est possible pour un être humain qui fonctionne normalement. Ce soir, si vous le voulez bien, je voudrais parler de la souffrance avec laquelle l'homme a vécu pendant de nombreux siècles, et nous demander s'il est possible de nous en affranchir entièrement tant aux niveaux superficiels que dans les profondeurs de notre conscience. Tout comme la peur, la souffrance, sous n'importe quelle forme, émousse l'esprit, atrophie le cœur, et détruit la sensitivité. Est-il possible de mettre fin à cette souffrance tout en vivant dans ce monde, et en poursuivant nos activités quotidiennes ?

Pour comprendre véritablement une question de ce genre, il nous faut, me semble-t-il, communiquer les uns avec les autres, et cette communication devient extraordinairement ardue là où le mot joue un rôle prédominant. Pour la plupart d'entre nous le mot, le symbole, a une importance extraordinaire. Intellectuellement nous sommes capables de comprendre la plupart des choses, la plupart de nos difficultés, de nos problèmes, parce que nous sommes habitués, suffisamment entraînés, à raisonner nos problèmes ou à les fuir. Ceci, la plupart des gens intelligents et intellectuels sont capables de le faire. Mais si nous voulons pénétrer des sujets plus profonds, il nous faudra, n'est-il pas vrai, savoir ce que c'est qu'une communication réelle,

ce que c'est que de communier ensemble quand il s'agit d'une chose telle que la souffrance. Pour être en communication, en communion les uns avec les autres, il nous faut une certaine intensité au même instant et au même niveau. Autrement la communion n'est pas possible. C'est une question qu'il nous faut examiner ensemble, et pour cela il faut non seulement la liberté d'examiner, de scruter, mais encore faut-il établir un rapport entre l'orateur et l'auditeur, un rapport où l'on communie non seulement par les mots mais au-delà des mots, s'étant rendu compte que le mot n'est pas la chose. Jamais le symbole n'est la chose, la vérité. Et la plupart d'entre nous se laissent prendre dans le filet du symbole, du nom, du mot. Mais il me semble que le mot, le symbole, perdent leur emprise si chacun de nous est résolu dans son désir d'explorer, de découvrir, de connaître cette question de la souffrance.

Je ne sais pas si vous avez remarqué que la communication n'est possible que quand chacun de nous est vigoureux, sérieux dans son intention de comprendre le problème. S'il n'existe pas l'intensité qu'exige un examen énergique, nous nous laisserons insensiblement glisser dans des arguments intellectuels ; nous dirons que nous comprenons intellectuellement, mais que nous ne saisissons pas véritablement ce dont nous parlons. Et alors toute communication cesse complètement.

Pour communiquer l'un avec l'autre dans un sujet de ce genre, lequel est à la fois difficile et complexe, nous devons tous deux écouter. Ecouter est un art, et la plupart d'entre nous n'écoutons pas vraiment. Nous écoutons nos propres opinions, nos jugements, nos évaluations, et nous nous laissons à peine le temps d'écouter quelqu'un d'autre. Pour écouter, c'est-à-dire pour examiner n'importe quoi, il faut qu'il y ait attention, non pas concentration, mais une attention qui naît sans effort quand nous donnons notre esprit, notre cœur, nos oreilles, tout ce qui est en nous, pour comprendre une question, facteur important et complexe de nos vies.

Approfondissons un peu cette question, pas intellectuellement parce que l'intellect seul ne résout jamais rien. Il n'en faut pas conclure que nous ne devons pas nous servir de notre raison, mais nous ne pouvons pas vivre par

l'intellect seul ; nous ne pouvons pas vivre dans un recoin, un fragment de notre être et négliger le reste, ce que la plupart d'entre nous cherchons à faire, vivant par conséquent dans une agitation et un conflit constants. Pour comprendre ce problème, il nous faut tendre l'oreille non seulement vers l'orateur, mais vers le problème lui-même tout entier. C'est un problème très complexe, et si nous voulons examiner et écouter nous ne devons avoir aucune opinion. Nous ne pouvons pas dire : « Moi, je sais et vous pas », et nous en tenir dès lors à nos opinions, nos jugements, nos évaluations. Un homme qui dit qu'il sait, ne sait pas, et il est par conséquent incapable d'écouter.

Pour approfondir cette question, l'acte d'écouter ne suffit pas, il faut aussi celui de voir, de percevoir. Mais en fait, écouter c'est voir. Pour voir une chose très clairement, une fleur, un arbre ou son propre problème, il faut regarder négativement. Regader négativement signifie regarder sans cette déformation qui résulte du préjugé, de l'opinion, de l'expérience, du savoir accumulé, toutes choses qui empêchent de voir. Ce problème de la souffrance, avec lequel l'homme a vécu pendant des siècles et des siècles, n'a jamais été résolu. Nous l'avons fui, nous avons inventé différentes théories, différents dogmes ; les théologiens ont donné des raisons habiles et subtiles — le péché originel et ainsi de suite, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Mais il reste vrai que nous n'avons rien résolu. Il n'y a pas de fin à la souffrance. Pour la comprendre nous devons l'aborder d'une façon toute neuve, sans dire que c'est une question impossible à résoudre, qu'elle est forcément éternelle, sans demander : « Mais dites-moi comment y mettre fin. Quelle méthode, quel système employer ? Qu'est-ce que je peux faire ; et qu'est-ce que je ne dois pas faire ? » Nous jouons à ce jeu depuis des siècles. Nous avons eu recours aux prêtres, aux dieux, à l'abus de l'alcool, à la vie sexuelle, à toutes sortes de diversions. Nous avons très habilement tissé tout un réseau d'évasions, mais nous n'avons pas transcendé le problème. Pour l'aborder, il nous faut un esprit entièrement nouveau, plein de fraîcheur. Il faut une absence complète de conclusions, de concepts, d'idées, sur ce qui devrait être ou ne pas être. Il nous faut affronter le fait et non pas l'idée que nous nous en faisons. Dès

l'instant où nous souhaitons que le fait soit autre qu'il n'est, nous le fuyons.

Il nous faut un regard neuf, un esprit neuf pour examiner, et c'est ce que nous allons faire ensemble ce soir. Nous savons ce que c'est que la souffrance. Chacun de nous la connaît sous des aspects divers. Il y a la souffrance qui suit la frustration, celle qui consiste à être aimé, à ne pas l'être, à ne pas réussir, la souffrance de la solitude, du vide, d'une vie inutile et gâchée, d'un ennui profond, d'une existence mécanique consistant à aller au travail quotidien pendant quarante années, pour mourir à la fin. On souffre de se sentir incapable, de ne pas pouvoir penser ou voir clairement. Il y a le désespoir, l'anxiété de l'éternelle recherche, de ne jamais rencontrer rien de vrai ou d'original, rien qui ne soit construit par la pensée ; et puis, il y a la tristesse de la mort et sa complète solitude. Nous connaissons tant de formes de souffrance, intensément ou superficiellement, consciemment ou inconsciemment. Superficiellement nous vivons peut-être d'une vie mécanique, nous efforçant d'oublier, de fuir, mais dans l'inconscient la souffrance est là qui nous ronge, assombrissant nos jours, émoussant et alourdissant notre âme. Nous la connaissons. Et puis, évidemment, il y a encore la vieillesse, la maladie, et ainsi de suite. Je n'ai pas besoin de continuer, nous connaissons tous suffisamment ce qu'on entend par ce mot « souffrance ».

Or, est-il possible d'y mettre fin, non pas dans quelque avenir éloigné, non pas, comme certains le croient en Orient, par une évolution interminable et perpétuelle pour aboutir à une réalisation ultime, un labeur incessant à la fin duquel il y a une libération de la souffrance ? Ce n'est là qu'une nouvelle forme d'évasion, et plus la société fait de progrès, plus elle devient superficielle, assoiffée de plaisirs, de jouissances, et ensevelissant ce tourment au plus profond de soi. Mais la souffrance est toujours là.

Si l'on est le moins du monde sérieux, l'esprit a l'intention de résoudre ce problème, non pas par une investigation passagère, mais en le traquant jusqu'au bout avec vigueur et intensité, pour découvrir s'il est possible d'en finir avec cette souffrance, source de tout le chaos qui règne dans notre monde.

Pouvons-nous comprendre cette question, nous demander s'il est possible d'en finir ? Pour cela nous devons examiner la question du temps, non seulement le temps mesuré par les horloges, aujourd'hui, hier et demain, mais encore le temps psychologique, celui que l'homme a construit en lui-même et dont il est maintenant le prisonnier ; le temps qui fut hier, qui est aujourd'hui, qui sera demain. Le temps fait du passé, de tout son contenu, comprenant le présent et l'avenir.

Le temps est comme un fleuve qui coule sans arrêt, mais l'homme l'a divisé en trois parties : le passé, le présent, l'avenir. Le passé porte avec lui un lourd fardeau, quant à l'avenir on ne le connaît pas. Voulant donner un sens à sa vie, à une vie qui n'en a pas, qui n'a ni but ni beauté, l'homme se dit : « Vivons dans le présent », il invente une philosophie du présent. Mais pour vivre dans le présent, il faut comprendre le passé et l'avenir. C'est un mouvement ; vous ne pouvez pas prendre la rivière et dire : « C'est juste à cet endroit que je vis » ; c'est comme un fleuve qui coule et dans ce fleuve du temps l'homme est pris. Sans mettre fin au temps, il ne peut mettre fin à la souffrance.

Nous sommes, très évidemment, le résultat du passé ; conditionnés par le temps, la société, la culture qui est la nôtre : chrétienne, communiste, hindoue, musulmane, bouddhiste, tout ce que vous voudrez. Nous sommes emportés dans ce flot, nos cerveaux et leurs réactions sont entraînés à fonctionner dans ce cours du temps, à l'accepter, à l'accompagner. Nous pensons sans cesse au passé, le passé regardant le présent, le présent, moule de l'avenir. Le « maintenant » est le résultat de la veille et du « lendemain », si ce lendemain existe, il est le résultat d'aujourd'hui. Nous connaissons ceci intellectuellement, et nous n'avons pas pu trouver une solution. Nous sommes emportés dans ce courant de peur et de souffrance. Nous sommes pris dans ce fleuve du temps : j'ai été, je suis, je serai. Hier j'ai été violent, je ne le serai pas demain. C'est toujours dans le temps que nous fonctionnons. Si nous observons notre propre esprit, c'est là ce que nous découvrons, nous le *découvrons*, nous ne l'acceptons pas. Il y a une différence, semble-t-il, entre découvrir et accepter. Quand nous découvrons quelque chose par nous-mêmes,

c'est une chose valable, une source d'énergie. Mais si nous nous contentons d'accepter, alors toute l'intensité, la vigueur, la vitalité nécessaire, l'examen, toutes ces choses sont absentes. La plupart d'entre nous sommes « des diseurs de oui » et « pas des diseurs de non ». Nous acceptons, nous obéissons à la tradition, à ce qui a été. Nous nous débattons dans un filet et, pour résoudre cette question de la souffrance, il nous faut voir le temps sous un jour différent, le temps étant très évidemment pensée. La pensée est le résultat du temps. Les cellules cérébrales sont le résultat de milliers d'années de culture, d'expériences accumulées. Ce cerveau est encore celui de l'animal, avec quelques modifications. Nous acceptons la guerre, la violence, la brutalité, comme étant la loi normale de la vie. Ayant accepté tout cela, nous nous en éloignons cherchant quelque chose de différent. Mais nous ne désirons pas changer d'une façon radicale, parce que cela exigerait de l'énergie, de la clarté, un examen profond. Nous voulons que la vie continue telle que nous l'avons connue, mais en même temps nous désirons trouver quelque chose différant du fait réel, nous voulons nous évader de ce qui est.

Chaque être humain est prisonnier du temps. Je ne parle pas du temps mesuré par la montre, du temps chronologique qui a certes une influence sur la pensée, mais d'un temps qui existe à un niveau différent, le temps qui est un mouvement venant de l'infini du passé, traversant le présent, penché sur l'avenir. Tant que je serai emporté par ce mouvement, il n'y aura pas de fin à ma souffrance. Je me dis : « Demain je serai heureux ; demain je m'évaderai de ma souffrance actuelle, de ce trouble psychologique intérieur profond qui entraîne la souffrance. Petit à petit je le dominerai, je l'oublierai, je le raisonnerai, je m'en évaderai ou j'inventerai une espérance future. » Mais, pour *mettre fin* à la souffrance, il me faut comprendre le temps. Il faut que ce temps prenne fin, parce que la pensée a créé la souffrance, la pensée qui est le temps, elle qui dit : « Je me sens seul ; incapable de fonctionner ; personne ne m'aime ; mon ambition, mes capacités n'atteignent aucun accomplissement. Il me faut du temps pour faire ceci, pour réussir, pour devenir, pour changer. » Et ainsi la pensée, qui est le résultat du temps, qui est le

temps, cherche désespérement quelque chose qui puisse l'aider à dissoudre cette souffrance. Si je veux bien m'observer moi-même, je verrai que c'est là ce que j'ai fait chaque fois qu'une souffrance a surgi. Immédiatement ma pensée est entrée en action. Après tout, la souffrance est un défi, un défi auquel il y a une réaction inadéquate et, par conséquent, par l'effet de cette souffrance il y a un sentiment de trouble, d'anxiété, de peur. Je perds ma situation, je vois quelqu'un qui est célèbre, riche, prospère. Moi je n'ai rien. Quelqu'un d'autre a tout, la beauté, la culture, l'intelligence. Et la pensée en comparant, en adaptant, en acceptant ou en rejetant, engendre cette chose.

Or, la pensée est incapable de résoudre le problème de la souffrance. Je vous en prie, n'acceptez pas ce qui est dit, ne le rejetez pas. Il nous faut *voir* le fait. Et quand nous l'avons vu très clairement, il n'y a plus acceptation ou rejet, il est là. Il n'est plus question de mettre fin à la pensée, ou de se demander quand la pensée doit fonctionner et quand elle ne le doit pas. Si nous comprenons très clairement tout le mouvement de la pensée, comment il agit, ce qu'il implique, son mécanisme, son origine, alors nous commençons à voir que le problème du temps est de voir si le temps-pensée peut prendre fin. Il n'y a pas d'autre fin possible à la souffrance. Nous pourrons continuer encore deux millions d'années ou plus, acceptant, nous évadant, vivant d'une vie anxieuse, troublée, incertaine.

Le temps peut-il prendre fin ? Nous devons d'abord voir que l'esprit, le cerveau, tout le processus de la pensée fonctionnent dans le temps, *sont* le temps. Il nous faut prendre conscience de ce que le temps est un mouvement, un flux que nous avons divisé en hier, aujourd'hui et demain. Ce mouvement doit être vu comme un tout et il nous faut y accorder notre complète attention. Celle-ci implique une cessation complète de l'effort, un éveil à la question, aux paroles prononcées, non pas une acceptation, mais une présence complète sans effort. Nous ne pouvons pas faire attention par l'effet d'une décision volontaire. Si je me dis : « Il faut que je sois attentif », toute mon énergie s'est employée à essayer de l'être. Faire attention n'implique pas la concentration, parce que, qui dit concentration, dit exclusion. Quand nous nous efforçons de nous concentrer, nous

sommes en train d'exclure, nous élevons des barrières, des résistances, nous nous contraignons à la concentration ; tandis que l'état d'attention n'admet aucune division ; simplement l'intellect, les nerfs, tout ce qui est en nous, fonctionnent au niveau le plus élevé. Dans cette attention-là il n'y a plus d'observateur.

Si vous accordez votre attention à quelque chose, à une fleur, à un arbre, si vous les observez attentivement, complètement, il n'y a alors aucune séparation entre l'observateur et la chose observée. Si vous avez jamais regardé une fleur complètement, attentivement, sans la nommer, sans aversion ni attraction, si vous l'avez simplement observée de tout votre être, dans cet état il n'y a pas d'observateur et par conséquent pas de temps. L'observateur est le résultat du temps. C'est cet observateur qui dit : « Cela me plaît, cela me déplaît » ; « cela me procure du plaisir » ou « cela ne m'en procure pas » ; « ceci vaut la peine, ceci ne vaut pas la peine » ; « il me faut, de toutes mes forces, garder les plaisirs que j'ai, même s'ils m'apportent encore de la souffrance, encore de l'anxiété, encore de la douleur ». Le plaisir engendre invariablement la douleur et la souffrance. Par sa nature même l'observateur est un censeur qui toujours choisit le plaisir. Il regarde chaque chose de ce point de vue là et, par conséquent, il n'est pas véritablement attentif.

Il faut donc être attentif à tout ce courant du temps et ne pas se dire : « Ceci je vais le garder, ce fragment du temps qui m'a donné du plaisir, qui m'a procuré une satisfaction, ce souvenir d'une chose qui m'a enchanté. » Il faut qu'il y ait une attention totale, dépourvue de tout sentiment, de toute émotion. La plupart d'entre nous, quand nous souffrons, nous nous abandonnons à un apitoiement sur nous-mêmes, état qui est une perte de temps totale, une sorte d'orgie d'émotion. Ceci est absolument sans valeur aucune. Ce qui a de la valeur c'est le *fait*, et non pas l'apitoiement sur soi qui prend naissance quand nous découvrons que nous pouvons ou ne pouvons pas, ou que nos devrions ou non. L'apitoiement sur soi entraîne une anxiété émotive, un état sentimental et tout ce qui s'ensuit. Quand survient la mort de quelqu'un que nous aimons, il y a toujours ce poison de l'apitoiement sur soi. Celui-ci revêt beaucoup de

formes différentes, une préoccupation profonde pour celui qui est mort, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Mais là où il y a souffrance il n'y a pas d'amour. Là où il y a jalousie il n'y a pas d'amour. Un homme est ambitieux, compétitif, il poursuit son avancement personnel, cherche à parvenir, un tel homme très évidemment est sans amour. Nous savons tout cela intellectuellement, et néanmoins nous persistons dans cette façon de vivre qui engendre la douleur.

Etre attentif signifie que nous sommes conscients de ce partage du temps en passé, présent et avenir, qui consiste à dire : « J'ai été » ; « je ne dois pas » ; « je ferai telle chose. » Si nous prenons complètement conscience de tout ce processus du temps, nous nous apercevons que, dès cet instant, le temps a complètement pris fin. Essayez ! Pour le faire vraiment et non théoriquement, pour voir cela comme un fait, il nous faut connaître le passé. Nous faisons tout un plat de l'inconscient. Je ne sais pas pourquoi. C'est probablement une affaire de mode. L'inconscient est tout aussi trivial et insignifiant, tout aussi quelconque, que le conscient. Il est le résultat du temps, des milliers de jours qui se sont succédés, le résidu du passé, la tradition, l'héritage racial, la famille et le nom. Et le conscient, lui aussi, est le résultat du passé, de notre éducation, de notre situation, de notre façon de penser, de sentir, de regarder les choses. Toute notre conscience est conditionnée, et nous contenter de scruter interminablement l'inconscient me semble un jeu indigne de nos soins, à moins que nous ne soyons névrosés ou déséquilibrés. Dans ce dernier cas, cela peut nous aider, et cela nous aide probablement, mais, après tout, la psychanalyse nous conduit simplement à accepter la société actuelle. Si nous voulons observer toute la structure de la conscience, c'est assez simple. Elle est conditionnée, elle a des frontières, des limites, elle a fonctionné pendant des siècles à l'intérieur de ses frontières, tout comme les cellules cérébrales. Elle a été éduquée, entraînée à avoir certaines réactions, parfois modifiées, polies, tout comme chez l'animal.

Pour comprendre tout ceci nous devons y donner notre attention. Quand nous écoutons attentivement, complètement les paroles prononcées, il n'y a plus personne qui

écoute. Quand nous regardons quelque chose d'une façon complète, il n'y a plus d'entité, plus personne qui regarde. Le censeur, l'observateur entrent en jeu dès l'instant où le processus de la pensée se met en branle.

Quand ce sentiment de souffrance surgit en vous, donnez-y votre attention complète, sans vous évader, sans justifier, sans chercher de raison. Nous savons tous pourquoi nous souffrons. Nous souffrons parce que nous ne pouvons pas obtenir une situation désirée, ou parce que notre fils est devenu fou, qu'il est devenu une entité moderne, ou bien parce que nous n'avons aucun talent alors que d'autres en ont. Tous nous connaissons les raisons de notre souffrance. Mais y mettre fin n'est possible que quand nous regardons globalement ce processus du temps, lequel est la pensée. Si nous y prêtons une attention complète nous verrons qu'il n'y a plus de pensée du tout, et par conséquent plus de temps.

Quand quelqu'un que nous aimons, ou à qui nous avons été attachés, fait quelque chose d'insolite, qu'il meurt, nous réagissons après que le premier choc est passé, conformément aux réactions de notre solitude, de notre apitoiement sur nous-mêmes; nous voulons plus de temps pour faire ceci ou cela, nous regrettons ce qui aurait pu être ou ce qui aurait pu ne pas être. En tout ceci il y a un gaspillage d'attention. Quand le premier choc est passé, si nous prêtons une attention complète, si nous ne fuyons en aucune direction, nous nous apercevons alors qu'il y a une fin a la souffrance, non pas dans un avenir éloigné, mais tout de suite. Seul un esprit qui n'est pas obscurci par la souffrance connaît ce que c'est que d'aimer. Seul un tel esprit est capable de méditer. La méditation n'est pas une chose à laquelle on peut parvenir, à laquelle on peut s'exercer, que l'on puisse apprendre, mais c'est cette attention tournée vers la plus petite chose comme vers la plus profonde. Dans cette attention vous pourrez vous apercevoir par vous-mêmes qu'il existe un silence, étranger au temps, étranger à la pensée. Si vous entrez en contact avec quelque chose qui n'est pas une construction mentale, vous verrez qu'elle est absolument indépendante du temps.

3 mai 1966.

IV

Nos vies sont, pour la plupart, plutôt incolores, monotones, mécaniques et dépourvues d'intérêt. Ceci étant, nous sommes sans cesse à la recherche de quelque chose de mystérieux qui pourrait leur donner une signification profonde, un sens, un parfum. Nous nous tournons vers de nouvelles religions, de nouvelles phrases sanscrites, de nouvelles paroles tibétaines, vers des écoles de méditation, ou bien encore nous fréquentons les concerts, nous lisons nombre de livres, accumulant des informations de toutes sortes qui sont une occasion d'éternels bavardages. Si tout ceci ne nous satisfait pas, nous avons recours à ces drogues modernes qui dilatent le champ de la pensée, provoquant des hallucinations, et différentes formes de visions qui nous apparaissent comme chargées d'un sens extraordinaire.

Ceci se passe dans le monde entier, les drogues, le L.S.D. et ainsi de suite, lesquelles provoquent une sensitivité accrue et nous procurent des états visionnaires et hallucinatoires. Il me paraît plus important de découvrir par soi-même en tant qu'être humain en rapport avec l'humanité tout entière, s'il existe quelque chose qui ne soit pas une élaboration de la pensée. Celle-ci est capable de créer tout un monde mystérieux, séduisant, dépassant toute imagination. Elle peut le faire sans peine, très facilement, et il y existe de merveilleuses évasions grâce auxquelles on se figure vivre dans un monde empreint d'un je ne sais quoi spirituel. Mais il vaudrait plutôt la peine de découvrir s'il n'existe pas quelque chose au-delà de ces structures de mystère, d'occulte, que la pensée a si soigneusement érigé au cours des âges.

Je ne sais pas si jamais vous avez examiné la question de la méditation et si vous vous y êtes essayés vous-mêmes. Une des choses les plus importantes de notre vie est non pas de nous demander comment méditer, ou quelles visions pourront se produire si nous le faisons, mais plutôt de découvrir ce qui se passe réellement et non pas théoriquement ou hypothétiquement, quand s'arrête la pensée. Celle-ci a sa racine dans l'exigence sans cesse en expansion de plaisirs accrus. L'esprit est-il capable de comprendre sans effort la nature de la pensée et, par conséquent, celle du plaisir et de découvrir, d'ouvrir les yeux sur une chose qui est peut-être la source réelle de toute existence ? Si vous le voulez bien, c'est là ce dont je voudrais parler avec vous, et que je voudrais approfondir dans un esprit sérieux.

« L'humilité » est mot assez laid. On en a grandement usé et abusé. Mais réellement, il comporte une grande profondeur parce que la véritable humilité ne peut exister que quand il ne subsiste rien du passé, et que l'esprit est dans cet état où il apprend à connaître à chaque instant et sans jamais accumuler. Seul un tel esprit est, à ce qu'il me semble, dans un état d'humilité. Il est alors capable d'apprendre. Cette humilité n'est pas une chose que l'on puisse cultiver, pas plus que l'amour. Seul l'homme vaniteux, orgueilleux, plein de soi-même, entretient un revêtement d'humilité. Mais si l'on veut vraiment apprendre, il faut qu'existe un esprit dénudé, qui ne sait rien, qui jamais ne cherche à acquérir, à grimper, à atteindre, à obtenir. L'humilité ne peut exister que quand a pris fin le passé, lequel est en fait la pensée et toute sa structure. L'esprit est alors hautement sensitif, actif, vigoureux. Seules ces qualités peuvent le rendre lucide.

Ce matin, cherchons à connaître quelque chose de la méditation, non pas du mot, non pas de ce que vous savez déjà, ce que vous avez pu lire et de ce à quoi vous vous êtes peut-être exercés, parce qu'aucune méthode, aucun système, aucun exercice ne sont véritablement la méditation. En Orient il existe de nombreuses écoles, de nombreux procédés, de nombreux instructeurs qui prétendent vous l'enseigner en quelques jours, en une semaine ou en un mois. Ils vous aident à vous exercer, à prendre conscience, à

devenir plus sensitifs, comment vous asseoir, comment respirer, comment faire toutes sortes de choses dans le but de calmer l'esprit, vous permettant ainsi d'obtenir d'extraordinaires visions. Quelle sottise ! Explorons ensemble ce matin ; mais ce n'est pas vraiment une exploration. Ce qui est nécessaire, à ce qu'il me semble, c'est un esprit capable d'écouter et de ne rien faire, parce que dès l'instant où vous faites quelque chose, dès l'instant où vous vous dites : « Je dois », « je ne dois pas », « je dois poursuivre », « je dois chercher », « je dois trouver », « je dois atteindre », la pensée entre en action et elle est incapable d'accomplir quoi que ce soit, sauf sur le plan technique.

Il existe un domaine de la vie où la pensée est essentielle ; là, elle doit fonctionner avec clarté, avec raison, avec équilibre, avec vigueur, avec précision. Mais dans tout autre champ d'action, quand elle cherche à agir, à découvrir s'il existe quelque chose, elle fait naître la confusion, des illusions de toutes sortes, des visions, des états hypocrites. Non point qu'il y ait une ligne de démarcation entre ces deux domaines, celui où la pensée est valable et l'autre où elle n'a aucune place du tout. Il n'y a pas de ligne de démarcation, mais pour aller jusqu'au bout dans la découverte de la nature de la pensée et pour y mettre peut-être fin, il faut approfondir la question du plaisir. S'il vous plaît, c'est ce que nous faisons ensemble. Ne vous contentez pas de m'écouter, d'écouter l'orateur, de vous forcer à comprendre ce qu'il dit. Il n'y a rien de tellement impressionnant dans ce qu'il dit, parce que le mot prononcé n'est pas la chose, l'idée n'est pas la réalité. Le mot, le symbole, ne sont pas le réel, et il vous faut comprendre la nature du plaisir, autrement votre pensée vous jouera des tours, créera des mirages, donnera naissance à des visions projetées qui n'ont aucun contenu réel.

Si nous voulons connaître ce qu'est la véritable méditation, il nous faut comprendre le plaisir, chose extrêmement subtile. Nous avons tous cette soif de plaisirs plus profonds, plus vastes, plus intenses. Les plaisirs sensoriels sont évidents. Il n'est pas nécessaire d'en parler ; tout le monde les connaît. Mais il y a des plaisirs plus profonds, ceux auxquels la pensée a donné une continuité, une vie, un élan ; si l'on veut y regarder à fond, la plupart de

nos valeurs morales, de nos vertus, sont essentiellement l'ouvrage de la pensée et sont par conséquent des plaisirs. Les gens qui parlent de rechercher Dieu, recherchent en réalité la prolongation d'un plaisir éternel, auquel ils donnent le nom qui leur plaît. Et c'est là ce que désirent la plupart d'entre nous, un plaisir profond, durable, qui ne meure jamais, qui ne subisse jamais de corruption, doué d'une vitalité propre. L'esprit, la pensée, est toujours à sa poursuite, consciemment ou inconsciemment. Nous sommes assoiffés d'un peu plus, de quelque chose d'un peu différent, de la boisson, du plaisir sexuel. Nous prenons des drogues parce que notre vie est si morne, si dépourvue de sens, si plate avec sa monotonie, sa solitude, son profond ennui. Nous poursuivons toujours le plaisir sous des formes différentes, cela fait partie de notre nature même. Tout comme l'animal, à chaque instant nous évitons le danger, nous recherchons le plaisir.

Permettez-moi de vous suggérer, tandis que nous parlons de tout ceci, de prendre conscience de vos propres valeurs, de vos propres pensées, de votre vie, de votre existence, et ainsi vous apprendrez à connaître par vous-mêmes la plus ou moins grande importance du plaisir. Si vous ne comprenez pas cet élément de base, l'entrée dans un domaine complètement dépouillé de tout plaisir, et qui est par conséquent un champ de félicité extraordinaire, vous est complètement interdite. Je n'essaie pas de vous convaincre, de vous convertir à un système, à une nouvelle idée, à une nouvelle pensée. Il vous faut comprendre le plaisir, non seulement les plaisirs sensoriels qui sont évidents, mais aussi ceux qui naissent de la pensée, ceux qu'elle crée, maintient, nourrit, qu'elle entretient par le souvenir d'événements passés qui, eux-mêmes, ont été source de plaisir. Elle fait revivre maintes et maintes fois tel incident agréable, tel événement dont le souvenir s'accompagne d'une grande joie. Elle y revient sans cesse, élaborant ainsi une structure de plaisir sans cesse en expansion, sans cesse renforcée. A partir de cet arrière-plan conscient ou inconscient, elle agit, elle juge, elle pèse, elle regarde, elle entre en action.

La pensée est le résultat du désir. Il y a des désirs sensoriels, tel celui de la nourriture, mais dès l'instant où

elle se dit : « Cela, c'est très bon, il m'en faut encore », l'intensification du désir est mise en branle. Toute notre vie est faite de tels désirs, du plaisir que nous avons à les faire passer à l'action, à les maintenir en y pensant, nous attardant sur les actions qui ont été source de satisfaction. Si nous ne comprenons pas tout ceci, il est puéril et vain de parler de méditation, de postures, de la respiration, des drogues, d'exercices, etc.

Il nous faut prendre conscience de cette nature profonde du plaisir, de ce qui lui donne sa vitalité, sa force, et qui est toujours la pensée. C'est véritablement très, très simple quand c'est compris. Nous voyons une femme, une voiture, un enfant, une maison, un tableau ou nous écoutons de la musique. Voir, sentir, juger tel tableau, tel bâtiment, telle femme, la pensée s'y attarde et donne à ce plaisir de la force, de la continuité. Une fois que ceci est bien compris, nous voyons encore que, là où il y a cette recherche de plaisir, elle s'accompagne toujours de souffrance comme d'une ombre, de résistance, de fuite. La pensée crée une résistance autour de soi dans le but d'échapper complètement à la souffrance. Elle vit dans un plaisir artificiel à cause de quelque impression qu'elle a eue jadis ou dont elle a soif dans l'avenir. Si elle se dit : « Je comprends très bien tout ceci, mais il faut que j'agisse de manière à transcender cet état de choses », cette transcendance est une nouvelle forme de plaisir engendrée par la pensée. Elle a construit toute une structure psychologique du plaisir. En ayant vu la nature, ayant vu que la souffrance y est inhérente, elle se dit alors : « Il me faut faire autre chose. Il faut que j'agisse autrement, il faut que je me comporte autrement. Il ne faut plus que je pense au plaisir. Il faut que j'y résiste. Il me faut faire ceci ou cela. » Ce mouvement même que la pensée a créé dans son examen du plaisir est encore plaisir. La pensée est incapable de faire quoi que ce soit pour s'en sortir.

Si vous voulez me permettre une suggestion : contentez-vous d'écouter. Je ne cherche pas à vous hypnotiser, ce serait trop simple et trop brutal. Contentez-vous d'écouter, parce que si vous en êtes capables, et capables de saisir la vérité des paroles prononcées, alors la pensée n'agit pas. Si vous êtes dans cet état, étant à l'écoute, le fait, la vérité agiront

d'eux-mêmes. Si une graine est semée dans la terre et qu'elle est douée de vitalité, elle croît. Et de la même façon, l'acte d'écouter est comme un terreau. Il n'est possible que quand il y a attention, et cette attention n'existe pas, là où il y a interprétation, évaluation, jugement ou condamnation de ce que l'on écoute. Si vous écoutez d'une façon complète, attentive, sans aucun penseur qui soit l'observateur, alors l'acte même d'écouter balaiera le faux et vous n'écouterez que ce qui est vrai.

L'acte d'écouter c'est le champ. Dans ce champ toutes sortes de graines sont semées. Et seule celle qui est douée de vitalité, d'énergie et de force, croîtra, s'épanouira. C'est ce que nous faisons en ce moment même. Effectivement nous écoutons, sans accepter, sans rejeter, sans juger. Nous écoutons d'une façon si réelle et si complète que l'acte même d'écouter balaie le faux et permet à la semence de vérité de prendre racine. Si nous écoutons toute cette structure du plaisir qui s'étale devant nous et sur laquelle notre pensée, notre vie, notre être même sont basés, et si nous *faisons* quoi que ce soit, ce qui est notre secret désir à tous, ce dont nous nous figurons que c'est l'acte le plus positif possible, c'est par là même que nous ferons naître une confusion accrue, un conflit plus intense et par conséquent une nouvelle souffrance, une nouvelle douleur ; mais si nous écoutons dans un état complètement négatif, lequel est le plus positif qui soit, alors la semence vitale croîtra d'elle-même sans que nous ayons rien à faire pour cela.

Si la pensée, devant le désir, agit dans un sens quelconque, c'est encore une activité du désir, une activité du plaisir. Elle est incapable de faire quoi que ce soit, ce qui ne veut pas dire qu'elle n'a pas sa place, son rôle valable, mais nous parlons ici d'une action où le plaisir n'a aucune place, et par conséquent d'une action où il n'y a ni contradiction, ni conflit, ni souffrance.

Si dans cette action d'écouter il existe la compréhension de la nature du plaisir et de la souffrance, si la pensée se rend compte d'elle-même, que tout mouvement qu'elle pourrait faire vers le haut ou vers le bas n'a aucun sens, que c'est toujours une nouvelle forme de la recherche du plaisir, alors, naturellement et d'elle-même, elle prend fin. A moins de prendre fin sans aucune contrainte, sans disci-

pline, sans exercice, sans artifice, sans toutes ces choses qui naissent d'elle, en elle-même, elle est incapable de découvrir quoi que ce soit de neuf. Elle est le résultat du passé, d'innombrables expériences de plaisir et de souffrance. La pensée, le penseur à la recherche de quelque chose de neuf, ne peuvent jamais que reconnaître ce qui est déjà connu et qui, par conséquent, ne contient jamais rien de neuf. Le cerveau s'est développé à travers des millions d'années pour atteindre son état actuel, toutes ces cellules sont conditionnées à réagir dans le sens du plaisir ou de la souffrance. La pensée est incapable d'imposer l'immobilité au cerveau parce que celui-ci est le résultat du temps, et qu'il en est de même de la pensée. Quelque effort qu'elle puisse faire, il lui est impossible d'apaiser les cellules cérébrales.

La question est alors celle-ci : le cerveau qui a été ainsi conditionné, qui est si profondément imprégné de ce principe de la souffrance et du plaisir, ce cerveau peut-il être apaisé ; peut-il être véritablement sensitif, éveillé, actif mais calme ? La pensée, elle, ne peut jamais réagir qu'en termes de plaisir et de souffrance. A moins que ce cerveau ne soit complètement immobile, non pas endormi, ni vague, mais sans résistance, et complètement inactif, la pensée agit forcément. A travers des siècles et des siècles nous avons développé en nous ces instincts animaux, le *cortex,* le cerveau, qui dans leur essence sont l'ensemble des réactions du passé. Toute réaction de ce passé, de cet arrière-plan, est pensée en termes de plaisir et de souffrance. Par conséquent, si la pensée se dit : « Je recherche Dieu », ce qu'elle recherche c'est un plaisir. Toute cette idée de chercher, de chercher, de chercher sans cesse est tellement absurde. La vérité ne peut être trouvée par l'effet d'une recherche. La recherche implique pensée ; c'est enquêter, entraîner un petit esprit mesquin, bourgeois, dans un vaste domaine dont il ne connaît rien.

Quand nous écoutons, la pensée s'arrête réellement, ce qui ne veut pas dire que l'esprit s'endort. Au contraire, il a écouté d'une façon active, vigoureuse, sans l'intervention du penseur, et son activité est si intense que tout naturellement la recherche en est absente. Il ne peut être ainsi énergique et vigoureux que quand il est silencieux.

Cet esprit, ce cerveau, cette totalité de la conscience, peuvent-ils être complètement immobiles ? S'ils ne le sont pas, il y a la pensée qui agit, elle qui toujours recherche son propre plaisir, et qui par conséquent invite la souffrance et la douleur. Un esprit à la poursuite du plaisir, et qui par conséquent, invite la douleur, est très évidemment incapable de découvrir le réel. Il peut inventer, il peut spéculer, dévider des théories, comme le font les théologiens de par le monde, mais tout cela est sans la moindre valeur. Comprendre l'humilité, percevoir la structure du plaisir. qui est désir, pénétrer les élaborations psychologiques dont l'homme est prisonnier, qui sont celles de la société, découvrir si les cellules cérébrales peuvent être calmes et néanmoins actives — tout ceci c'est la méditation.

Celle-ci n'a pas sa place hors de notre existence quotidienne. On ne peut pas être ambitieux, sans scrupules, vulgaire, grossier, affreux, insensitif, avide, et en même temps parler de Dieu, de la vérité, de l'amour et de la méditation. Tout cela ne serait que d'hypocrites sottises ! Très évidemment, il nous faut être affranchis de la structure psychologique dont la société fait partie, dont nous faisons partie nous-mêmes. Si notre esprit n'est pas affranchi de ce conditionnement psychologique qui comprend les religions, les états économiques, les différentes classes sociales, et tout le désespoir et le tourment qu'entraîne avec lui un monde vendu à la concurrence, on est incapable de méditer. On ne peut que s'y *amuser*. La méditation, dans le sens où nous comprenons ce mot, est une chose dangereuse. La méditation à laquelle on *s'exerce* est une chose domestiquée ; apprendre à se concentrer sur une idée quelconque n'est pas du tout la méditation ; mais prendre conscience du processus de l'existence dans son entier, sans aucun choix, y prêter une attention complète, intensifie extraordinairement l'esprit, en fait une entité révolutionnaire, et non pas un animal domestiqué de tout repos, se conformant au modèle social quelle que soit la société, qu'elle soit communiste ou capitaliste.

Quand l'esprit est réellement calme, détendu, l'observateur, le penseur, tout naturellement cesse d'exister. Alors les rapports entre les hommes prennent un caractère entièrement différent. Ces rapports ne sont pas des souvenirs

accumulés, une image entrant en rapport avec une autre image, avec un autre souvenir ; c'est un rapport réel. A ce moment-là, si nous approfondissons la chose, nous en sommes venus au point où nous découvrirons ce qu'est la beauté, parce que pour le moment nous ne la connaissons pas. Nous ne la connaissons que par comparaison, nous la distinguons dans quelques objets construits par l'homme, un beau bâtiment, un beau visage, de la belle musique, ou ceci, ou cela. La beauté véritable implique quelque chose qui ne résulte pas de la pensée, et sans ce sentiment de la beauté il n'y a naturellement pas d'amour. Nous pourrions continuer indéfiniment dans ce sens parce que là, il n'y a pas de frontières à la conscience. Toute conscience, dans notre état actuel, est limitée. Nous sommes conditionnés en tant qu'anglais, catholiques, protestants, anglicans, bouddhistes, hindous, musulmans, communistes, socialistes, selon notre milieu. Toute conscience est limitée, et toute action de la conscience, s'efforçant à se transcender elle-même, n'est qu'une dilatation de cette conscience intérieure, ses frontières étant quelque peu repoussées, mais elle demeure toujours enfermée dans ses propres limites. Il est probable que les gens qui prennent des drogues savent tout ceci inconsciemment, qu'ils essaient de se dépasser, mais ils ne le peuvent pas.

La méditation est une chose extraordinaire si elle se poursuit non pas à des moments perdus, mais en dehors du temps ; si vous prenez conscience quand vous entrez dans un autobus, ou dans votre voiture, ou quand vous parlez à quelqu'un, conscience de ce que vous faites, de ce que vous sentez ; conscience de votre pensée qui agit toujours conformément aux principes du plaisir et de la souffrance ; si vous en prenez conscience, sans jamais condamner aucune de ses activités, mais simplement en écoutant à chaque instant son bavardage. Ainsi, vous avez véritablement un esprit extraordinaire et intensément vivant. Et dans ce calme, dans ce silence, quelque chose de neuf peut se produire. Ce quelque chose n'est pas objet de reconnaissance. Cette chose sublime, le nom que vous lui donnerez n'a aucune importance, n'est pas une construction de la pensée, elle est par conséquent, en elle-même, la totalité de la création.

☆ *Pourriez-vous nous dire quelque chose de cet esprit intensément sensitif qui est en danger de se centrer sur lui-même et de devenir par trop nerveux ? C'est une expérience qui a été la mienne.*

★ N'existe-t-il pas, dit cet auditeur, un danger pour un esprit qui est devenu hautement sensitif, ainsi que tout son organisme physique ? N'y a-t-il aucun danger de tension nerveuse ? Pourquoi une tension ? La tension n'existe que quand il y a résistance. Il y a des bruits autour de nous : un chien qui aboie, des autobus qui passent, un enfant qui pleure. Quand vous résistez il se crée une tension. Voilà ce qui se passe. Mais si vous ne dressez aucune résistance, si vous permettez aux bruits de vous traverser, si vous écoutez tranquillement, sans résister, sans penser que c'est bon ou mauvais, sans dire : « Combien je voudrais que ce chien ne fasse pas ce bruit affreux ; cet autobus est odieux. » Si vous vous contentez d'écouter, alors, puisqu'il n'y a pas de résistance, il n'y a pas de tension, et il n'y a pas d'effort. Il me semble qu'un des problèmes de notre vie moderne c'est de vivre dans ces maisons, dans ces sortes de boxes qu'on appelle des appartements, où il n'y a pas d'espace, pas de beauté, mais une tension constante. Si vous êtes vulnérables à toutes ces choses, — par le mot « vulnérable » j'entends : prêts à tout recevoir, à permettre à tout de venir à vous, — alors je ne vois pas pourquoi vous avez des tensions ou des dépressions nerveuses.

☆ *Il y a quelque chose en moi qui a peur de faire, de suivre, de réfléchir, ou de prendre conscience des choses dont vous parlez. J'ai peur.*

★ C'est bien cela. Je crois que c'est assez clair, n'est-ce pas ? Les paroles prononcées sont assez révolutionnaires. Il est très dangereux d'agir dans leur sens parce que vous seriez peut-être amenés à modifier toute la structure de votre vie. Intellectuellement vous dites : « Oui, je comprends chaque mot que vous dites. » Mais inconsciemment vous en sentez le danger ; alors vous êtes effrayés, pleins

d'appréhension, parce que vous avez le désir d'une vie de sécurité, de confort, de facilité, d'isolement.

Ce dont nous parlons pourrait détruire tout cela. Et cela le fera ! Vous ne serez plus un chrétien, ou un Anglais, ou un Hindou, ou ceci, ou cela. Vous n'appartiendrez à aucun groupe, à aucune secte, vous devrez être immensément seuls, seuls mais non pas dans le sens d'isolés.

Une chose seule est toujours belle. Un arbre qui se dresse seul dans un champ est une chose splendide à contempler. Mais nous avons peur d'être seuls, parce qu'avant d'être seuls nous avons peur d'être isolés. Nous sommes des êtres humains isolés. Toutes nos activités conduisent à cet esseulement qui est isolement. Nous pouvons être mariés, avoir des enfants, des situations, faire partie de groupes, de sectes, cet isolement existe intérieurement, cette peur d'être seuls, d'être coupés de tout, de ne plus avoir de rapport avec rien. Nous avons recours à différentes formes de distractions, nous allons à la messe, nous fréquentons les églises, nous adorons n'importe quoi pour fuir cette solitude. Nous ne pouvons la comprendre sans connaître cette activité autocentrée qui gouverne nos vies et qui engendre l'isolement ; mais quand nous l'avons comprise, quand nous l'avons pénétrée, transcendée, alors il nous vient ce sentiment d'être complètement seuls, sans contact, sans la contamination de la société. Si nous ne sommes pas seuls, nous ne pouvons pas aller plus loin.

☆ *Diriez-vous que la lutte pour la puissance est toujours un élément de corruption ?*

★ Politiquement, religieusement, cette séparation qui existe entre les états souverains d'une part, et la recherche individuelle de puissance, de prestige, d'un *standing* — tout cela est très évidemment un élément de corruption. L'homme au pouvoir est arrivé à sa situation par la corruption, et à partir de cette situation il pourra bien prêcher la bonté, l'amour, la sainteté, et toutes les sottises du même genre. C'est ce que font les saints, les politiciens, les gens bien pensants. Mais tous sont assoiffés de puissance. Comme nous l'avons dit au commencement de cette causerie, l'humilité est une chose que la pensée est incapable de nous

donner ; elle prend naissance quand le passé est mort, quand nous abordons la vie d'une façon neuve à chaque instant, ayant chaque jour rejeté le passé.

☆ *Comment pouvons-nous nous exercer à une discipline sans créer un conflit ?*

★ Le mot discipline signifie apprendre. Apprendre dans le présent actif. Apprendre à connaître est en soi-même une discipline. Il n'est pas nécessaire de s'y exercer. Vous écoutez les paroles prononcées. Si vous êtes attentifs, si vous écoutez activement dans le présent, cette action même d'écouter engendre une discipline intense. Vous n'avez pas à vous discipliner vous-mêmes. La discipline à laquelle nous nous assujettissons comme des soldats est une chose affreuse, parce qu'elle implique conformisme, imitation, adaptation, peur, obéissance à un modèle, et que par conséquent elle devient mécanique, comme l'est le militaire. Vous avez vu des soldats à l'exercice. Il ne faut pas être malin pour cela. Obéir, se conformer à n'importe quel modèle, est destructif et engendre inévitablement des conflits. Mais comprendre toute la structure de la discipline est une discipline en soi. Ce n'est pas une discipline à laquelle nous ayez à vous *exercer*. Pour la plupart d'entre nous discipline signifie résistance, et par conséquent effort, conflit, et tout ce qui s'ensuit. Mais si vous êtes lucides, si vous êtes conscients tandis que vous montez dans l'autobus, conscients de ce qui s'y passe, si vous êtes à l'écoute, cela même est sa propre discipline, cela signifie que vous êtes éveillés.

☆ *Il est très difficile de prêter l'oreille à des pensées qui évoquent des choses effrayantes ou pénibles, sans y penser et discuter avec elles.*

★ Il est difficile d'écouter ses propres pensées, mais comment découvrir quoi que ce soit sans écouter ?

☆ *Monsieur, ce que vous nous dites en réalité c'est d'entretenir un état d'esprit privé. J'insiste sur ce mot* privé. *Mais la difficulté est que nous avons à vivre dans le monde*

matériel. Et celui-ci, de toute évidence, est capable de détruire notre état d'esprit privé.

★ Monsieur, je ne parle pas du tout d'un état d'esprit privé. Notre esprit est le résultat de la totalité de l'esprit humain. Nous sommes le résultat de la société dans laquelle nous vivons. Celle-ci a été créée par chacun d'entre nous. Ainsi le moi est le multiple et le multiple est le moi. Il n'y a aucune division tranchée entre le multiple et moi. J'en suis le résultat. Toutefois, il me semble qu'il y a lieu d'établir une différence entre l'individu et l'être humain. L'individu c'est l'entité localisée, l'Anglais, l'Hindou, l'Américain et ainsi de suite ; localisé, conditionné par sa propre localité, sa culture, son climat, son alimentation, ses vêtements. L'être humain est conditionné sur une beaucoup plus vaste échelle. Il appartient au monde entier. Nos souffrances, nos anxiétés, nos craintes, sont les mêmes que celles de l'Inde. Celles d'un Hindou, qui passe par des états d'esprit terribles, sont celles de tous les autres hommes du monde. Si ceci est bien compris, la culture de notre esprit disparaît. Ce qui nous intéresse c'est la structure totale de l'esprit humain et non pas de notre *esprit*, de notre propre vie. Celui-ci n'est rien. Notre petite cour arrière est aussi malpropre que celle des autres, ou tout aussi propre.

☆ *Comment penser à rester éveillé ?*

★ Permettez-moi de finir ma réponse à la question précédente. Mon action, alors, n'est pas en dehors du monde mais dans le monde, pour le temps où je m'y trouve. Ce que j'accomplis en tant qu'être humain, vivant dans ma famille, allant à mon bureau, j'en prends conscience, non pas en tant qu'individu privé, mais en tant qu'être humain. Quand j'en prends conscience en tant qu'être humain, j'agis sur l'esprit humain dans sa totalité. C'est parce que nous fonctionnons sans cesse en tant qu'entité localisée que nous nous détruisons. Monsieur, au moment même où nous parlons, l'Inde passe par une période effroyable de famine et de *souffrance*. Mais la question n'est pas une question hindoue ; c'est une question humaine. C'est ce que les politiciens ne veulent pas voir. Il veulent maintenir leurs pro-

pres localités intactes avec leurs états souverains, leur puissance, leur situation, leur prestige. Ils ne veulent pas résoudre les problèmes de cette façon ; ce sont des problèmes humains ; c'est un problème mondial. Nous devons le traiter comme faisant partie du monde entier, et non pas en tant qu'Hindou, communiste, ou Américain, ou Anglais, accordant des secours alimentaires ou non. Une action accomplie en tant qu'être humain est entièrement différente de celle qui émane d'une entité localisée. L'entité localisée renforce la puissance, la souffrance, comme le fait l'être humain qui est encore prisonnier de la lutte humaine ou animale. Seul, l'être humain qui a compris toute cette structure, ses anxiétés et ses tourments, peut accomplir une action d'une nature tout à fait différente.

☆ *Monsieur, une action s'opposant à ce que nous appelons le principe de la puissance n'est-elle pas nécessaire ? L'action seule peut porter remède à ce principe.*

★ Etre contre l'action par principe serait une sottise, mais il me faut découvrir ce que l'on entend par action. Qu'est-ce que cela veut dire faire, agir ? C'est là une question très complexe. Agir signifie agir dans le présent, mais une telle action du présent est impossible si elle est basée sur une idée. Si j'agis en tant qu'Hindou, ou en tant que chrétien, mon action a son point de départ dans quelque chose qu'a construit la pensée dans le but de se protéger. C'est une action conditionnée. Une telle action est destructrice, qu'elle s'accomplisse dans un bureau ou chez soi. L'action qui est toujours du présent est par conséquent affranchie du passé, elle ne se produit que tandis que j'apprends, au moment même où j'apprends, et par conséquent elle est l'action d'apprendre. Il ne s'agit pas d'avoir appris et d'agir ensuite. Il y a une énorme différence entre ces deux attitudes.

☆ *La plupart d'entre nous sommes capables d'apprendre un état d'esprit très différent de celui qui a cours dans le monde moderne, mais les gens qui ont atteint des situations d'autorité et de puissance sont, eux, pris dans les griffes du passé. Que pouvons-nous faire, ceux d'entre nous*

qui ne pouvons agir, mais qui pouvons penser correctement ? Que pouvons-nous faire ?

★ Nous ne pouvons absolument rien faire en ce qui concerne des hommes au pouvoir. Il y sont parvenus et nous savons comment. Qu'y pouvons-nous ? Rien du tout. Vous dites que nous pouvons parler de la paix. Nous pouvons parler contre les intérêts engagés, des gouvernements souverains, des armées, des fabricants d'avions, de toute cette structure, mais que pouvons-nous faire : ne pas acheter de timbres, ne pas payer d'impôts ? On nous mettrait en prison, et il est inutile d'envoyer des lettres. Est-ce ainsi que nous pouvons résoudre des problèmes ? Très évidemment non. Mais qu'un être humain soit affranchi des nationalités, du poison issu de toutes ces choses, c'est là une action beaucoup plus vaste. L'autre engendre les guerres, les guerres économiques, la brutalité, la souffrance, toute notre existence humaine. Mais un être humain qui s'est rendu compte de tout cela, qui est affranchi de cette idée de nationalité, de la sexualité, de l'influence des groupes, cesse de s'identifier avec telle ou telle classe, il n'est plus un individu localisé, et par conséquent n'est plus un être humain conditionné par les luttes et les tourments de l'humanité. Une action issue d'un tel état d'esprit est la seule action bénéfique possible.

☆ *Vous pensez qu'il est important pour nous d'être conscients alors que nous montons ou que nous descendons d'un autobus, et de choses de ce genre. Mais comment nous souvenir d'être éveillés ?*

★ Comment nous souvenir à chaque instant d'être ainsi lucides ? Je ne pense pas que ce soit possible. C'est pour cela qu'il ne nous faut pas faire d'effort pour nous souvenir. Grand Dieu ! Si je m'efforce à la lucidité, c'est que je m'y exerce ! Elle devient alors une chose à atteindre, une chose qui peu à peu deviendra mécanique et qui, dès lors, perdra sa fraîcheur et sa vitalité. Si je suis lucide à un moment, je suis complètement lucide, l'instant d'après je ne le suis peut-être pas, je ne suis plus lucide. Très bien, je ne le suis pas. Si je suis attentif, à ce moment-là je

suis complètement attentif, l'instant d'après je ne le suis pas. Mais alors je sais que je ne suis pas attentif. Mais dans cet état d'inattention, je n'engendre aucune action susceptible d'entraîner de la souffrance. Je ne vais pas me préoccuper d'être attentif à chaque instant, ce serait encore un plaisir, une avidité sous une autre forme, avec toute la laideur qui s'ensuit. Simplement, ma préoccupation est d'être attentif. Quand il y a lieu de l'être, vous l'êtes. Messieurs, voici comment cela se présente. Un tambour est toujours vide, et quand il est tendu comme il le faut, il rend le son qu'il faut. Telle est la nature de l'attention.

7 mai 1966.

V

C'est aujourd'hui la dernière causerie. Il n'y a pas de fin aux paroles, aux explications, aux discussions. Mais les explications, les arguments, le bavardage, ne conduisent à aucune action directe parce que celle-ci exige de nous un changement radical et fondamental. Pour cela il n'est pas besoin d'argumentation. Aucune formule, aucune influence venant d'autrui, aucun discours persuasif, ne nous permettra de nous changer fondamentalement dans le sens profond du mot. Le changement est nécessaire, mais quand il se produit il n'est pas conforme à une idée, une formule ou un concept, parce que dès l'instant où une action est orientée par une idée, elle cesse. Entre l'action et l'idée il s'écoule un intervalle de temps, il y a un hiatus, et pendant cet intervalle surgit ou bien une résistance, un conformisme, ou une imitation de cette idée, de cette formule ; il y a un effort pour les mettre en action. C'est là ce que nous faisons tout le temps. Nous savons qu'il nous faut changer, non seulement extérieurement, mais encore profondément et psychologiquement.

Les changements extérieurs sont nombreux. Par eux, nous nous voyons contraints de nous conformer à un certain modèle d'activité. Mais pour aborder les défis que nous apporte l'existence quotidienne, il faut une révolution profonde. La plupart d'entre nous ont une idée, un concept de ce que nous devrions être ou, au contraire, de ce que nous devrions ne pas être, mais nous ne changeons jamais fondamentalement. Ces idées, ces concepts, ne nous modifient pas du tout. Nous ne changeons que quand cela devient absolument impératif, et nous n'en voyons jamais directement la nécessité. Si parfois nous voulons vraiment chan-

ger, il se produit des états de conflits violents, de résistances, entraînant une grande déperdition d'énergie dans ces résistances, dans ces barrières que nous créons.

Acquérir des connaissances, absorber des quantités d'idées, écouter de nombreuses causeries, n'ont jamais donné la sagesse. Ce qui la fait naître est l'observation de soi, l'examen de nous-même. Mais pour que cet examen soit possible, nous devons être libérés du censeur, de cette entité qui, à chaque instant, pèse, juge, adapte. Alors seulement sommes-nous capables d'examiner et de regarder. La véritable action ne se produit qu'à partir d'une telle observation, et sans qu'intervienne aucune idée ; l'action est alors directe. L'homme, semble-t-il, a vécu pendant plus de deux millions d'années durant lesquelles il y a eu quinze mille guerres — à ce que nous dit l'histoire — une moyenne de deux guerres et demie par année. Nous sommes sans cesse en conflit les uns avec les autres, intérieurement et extérieurement. Nos vies sont un champ de bataille, et nous semblons absolument incapables de résoudre nos problèmes. Ou bien nous les remettons au lendemain, nous les évitons, ou bien nous leur cherchons une solution, solution conforme à nos concepts, nos idées, nos préjugés, nos conclusions. Nous pourrons continuer à vivre ainsi pendant deux millions d'années encore, superficiellement ; peut-être un peu mieux alimentés, mieux vêtus, mieux logés, mais intérieurement toujours en querelle avec nous-mêmes, avec autrui, avec nos voisins ; tel a été le tracé de nos vies.

Pour que puisse naître une société bénéfique, les êtres humains doivent changer. Vous et moi devons découvrir l'énergie, l'élan, la vitalité, qui rendront possible cette transformation radicale de l'esprit. Et ceci ne peut se produire tant que notre énergie est insuffisante. Il nous en faut beaucoup pour provoquer un changement en nous-mêmes, mais nous la gaspillons dans nos conflits, nos résistances, notre conformisme, nos acceptations, notre obéissance. C'est gaspiller de l'énergie que de faire des efforts pour se conformer à un modèle. Pour la conserver, il nous faut être conscients de nous-mêmes, de comment nous la perdons. C'est là un problème ancien, parce que la plupart des êtres humains sont indolents. De préférence ils acceptent, ils obéissent, ils suivent. Si nous prenons conscience de cette

indolence, de cette paresse profondément enracinée, et que nous fassions des efforts pour revivifier l'esprit et le cœur, l'intensité même de cet effort engendre un conflit, qui est encore une déperdition d'énergie.

Notre problème, un de nos nombreux problèmes, est de sentir comment conserver l'énergie requise pour que se produise une explosion dans la conscience. Une explosion qui ne soit pas calculée d'avance, que la pensée n'a pas préfigurée, mais qui se produit naturellement dès qu'il n'y a plus déperdition d'énergie. Or, tout conflit sous aucune forme, à n'importe quel niveau, à n'importe quelle profondeur de notre être, entraîne une telle déperdition. Nous le savons, mais nous avons accepté le conflit comme faisant naturellement partie de la vie. Pour saisir la nature et la structure du conflit, il nous faut avoir compris la question de la contradiction. La plus grande partie de notre vie quotidienne devient source de conflit. Si nous voulons bien observer le déroulement de notre existence, de notre vie, nous voyons toute l'étendue de nos conflits, ce que nous sommes, ce que nous devrions être, nos désirs, nos plaisirs contradictoires, les influences diverses, les pressions, les tensions, les résistances engendrées par nos tendances, par nos appétits. Tout cela nous l'acceptons comme faisant nécessairement partie de notre existence. Mais pourquoi vivre dans le conflit ? Et est-il possible, tout en étant dans ce monde moderne, menant la vie que nous menons, est-il possible d'exister sans conflit, autrement dit sans contradiction ?

Ayant posé une question de cette sorte, ou bien nous attendons une réponse, une explication, ou bien chacun d'entre nous prend conscience de la nature de ses contradictions, de ses conflits. Par là, j'entends : observer, examiner, sans juger, sans choisir ; *voir* nos vies, nos vies quotidiennes lesquelles sont faites de conflits. Simplement en être conscients. Nous commencerons alors à comprendre la nature intime de la contradiction. La plupart d'entre nous savons bien que nous vivons tiraillés en sens contraires ; alors, ou bien nous supprimons une des tendances pour suivre l'autre, l'opposé, ou bien nous tournons carrément le dos à la contradiction et vivons superficiellement dans un monde d'évasion. Si nous en prenons vraiment cons-

cience la tension s'intensifie, parce que nous ne savons pas comment résoudre le conflit, comment faire cesser cette lutte qui se poursuit en chacun de nous, en chaque être humain. Ne pouvant résoudre le problème, le dénouer, nous voyons s'augmenter la tension et nous tombons dans des états de névrose, et de désordres psychologiques. Mais si nous prenons conscience de cette nature contradictoire de notre être, si nous nous contentons de regarder sans aucun désir de résoudre, sans prendre parti, simplement en observant, nous verrons que ce conflit existera toujours tant qu'existe l'observateur, le censeur, différant de la chose qu'il regarde. Voilà la racine du conflit. Si seulement nous pouvions comprendre cela, non pas philosophiquement, non pas avec des explications ou des arguties, simplement en le voyant !

Prenez par exemple le sentiment de la solitude, ce sentiment d'isolement que nous connaissons tous. Dès que nous en prenons conscience nous le fuyons, nous nous réfugions dans des églises, des musées, nous écoutons de la musique, la radio, ou bien nous buvons ; il y a des centaines d'évasions. La tension ne fait qu'augmenter. Le fait demeure que nous sommes affreusement seuls, isolés, sans rapports avec quoi que ce soit. Incapables de le comprendre, d'y faire face, d'avoir avec ce sentiment un contact direct, nous nous évadons. Et cette évasion est, de toute évidence, un gaspillage d'énergie, parce que le fait demeure toujours là.

Si vous en prenez conscience, vous vous apercevrez qu'il y a en vous l'observateur qui contemple cette solitude ; elle est quelque chose de différent de lui. Tout en m'écoutant, si je peux me permettre de vous le suggérer, ne vous contentez pas, s'il vous plaît, de suivre intellectuellement les paroles prononcées. Cette attitude serait sans valeur. Mais si vous prenez conscience de votre propre isolement, que la plupart d'entre nous connaissons bien, vous vous apercevrez que vous le regardez, et que cette chose que vous regardez est distincte de l'observateur. Cet isolement n'est pas vous. L'observateur est distinct de la chose observée, et par conséquent il fait un effort pour la surmonter, pour s'en évader, il se demande quoi faire ou ne pas faire, comment résoudre la question. Mais le fait vrai c'est que l'*observateur est* la chose observée, et tant que subsiste cette

division établie entre l'observateur et la chose observée, il y aura toujours conflit.

Il existe des désirs contradictoires. Chacun tirant dans un sens différent, il y a une lutte constante qui se poursuit. Si nous sommes le moins du monde lucides, appliqués, nous savons ce qui se passe dans le sein de notre conscience. C'est l'observateur qui décide quel désir va dominer, lequel sera appuyé ; ou bien, n'étant conscient de rien, il se lance aveuglément à la poursuite de l'un d'eux, et toujours il engendre le conflit.

Il y aura aussi conflit tant que nous n'aurons pas compris la nature du plaisir. Nous *parlons* du plaisir, nous ne dressons pas une résistance puritaine contre lui voulant l'éviter, le résoudre ou le dominer. Si nous cherchons à le surmonter, à surmonter le désir, ou n'importe quel fait réel, nous créons un conflit, nous élevons contre lui une résistance. Mais quand nous commençons à en comprendre la structure, à voir comment notre esprit, notre cerveau, nos désirs, se comportent vis-à-vis de lui, nous constatons que partout où il y a plaisir, il y a souffrance. Quand une fois nous avons compris cela, pas intellectuellement ni verbalement, mais effectivement, quand véritablement nous avons réalisé ce fait, le plaisir n'est plus pour nous une chose à éviter, mais nous sommes devant l'état réel qui se produit quand la nature et la structure du plaisir ont été compris. Il s'agit en ce moment de la pressante nécessité de rassembler toute l'énergie requise pour que se produise une révolution radicale dans la conscience elle-même, parce qu'il nous faut absolument un esprit renouvelé. Il nous faut voir la vie d'un regard totalement nouveau. Et pour permettre à cette explosion de se produire, nous devons découvrir comment nos énergies sont gaspillées. Le conflit est un gaspillage d'énergie. La résistance à, ou l'acceptation du plaisir en est un autre.

En fait, qu'est-ce que le plaisir ? Nous observons quelque chose, et suivant l'observation il y a sensation, par le voir, par le toucher. Puis surgit le désir auquel la pensée donne une continuité, une vitalité, une force, et c'est le plaisir. Nous pouvons le constater par nous-mêmes. Nous voyons une belle femme, un homme, une voiture, une maison, un vêtement ou tout autre chose. Il y a perception,

sensation, désir et plaisir de posséder. Avant que naisse le plaisir lui-même, la pensée commence à se dire combien il serait agréable de posséder. Voilà ce qui se passe vraiment. Et c'est là-dessus que sont basées toutes nos valeurs morales, éthiques. La pensée nous pousse à intensifier le désir, en tant que plaisir, et à éviter la souffrance. La pensée, le penseur observe, engendre la contradiction et par conséquent le conflit.

En tout ceci il faut être lucide. Non pas nous dire qu'il faut l'être dans le but de dominer le conflit, parce qu'alors ce ne serait qu'une pensée recherchant une forme nouvelle de plaisir, et il en résulterait un nouveau conflit ; mais si l'on est conscient de toute cette structure du plaisir, on peut alors regarder la beauté ou la laideur, jouir sans penser, sans renforcer ce qui a été perçu, et sans engendrer de conflit. Ceci exige une grande attention, beaucoup de recherche, d'observation. C'est une chose que nul ne peut nous enseigner. En fait et réellement, l'instructeur et celui qui se laisse instruire sont des choses qui n'existent pas. Seul existe apprendre à connaître, apprendre à *se* connaître.

Quand vous commencerez à vous connaître, non pas analytiquement, en dégageant une couche de vous-mêmes après l'autre, — ce qui prendrait un temps infini, — vous vous apercevrez de ceci : vous ne pourrez saisir votre être, quel qu'il soit dans sa totalité que quand vous aurez saisi la nature limitée, conditionnée, de la conscience. Si une fois vous vous êtes pénétrés de cela, quand vous êtes totalement attentifs à ce conditionnement, l'analyse apparaît comme tout à fait inutile. Je ne sais pas si jamais vous avez senti par vous-mêmes, et d'une façon immédiate, la vraie nature de votre esprit, de vos pensées, de vos sentiments ; c'est une chose qui peut être vue instantanément. Mais il faut pour cela une grande sensitivité, et non pas une accumulation de connaissances ou une discipline. Etre sensitif, non pas dans tel ou tel domaine isolé comme l'est un artiste par exemple, mais être sensitif d'une façon totale, sensitif à l'égard de tout ce qui vous entoure, les couleurs, les arbres, les oiseaux, vos propres sentiments et vos propres pensées ; tout cela donne à l'esprit un extraordinaire éveil, une acuité, une limpidité. Vous pouvez alors aborder de face tous les

problèmes de l'existence. Un problème n'existe que quand vous lui avez donné l'occasion de prendre racine, mais si vous êtes capables de le comprendre instantanément, il s'évanouit. Quand à chaque défi surgit une réponse adéquate, le problème n'est plus. C'est la réponse inadéquate au défi qui donne naissance au problème.

Voyez le problème de la peur. Non pas celui de comment s'en débarrasser, non pas de savoir qu'y faire. Pour la plupart d'entre nous la peur est constamment présente. Nous en sommes conscients. Ou bien encore il y a les peurs inconscientes, profondément enracinées, celles que nous n'avons jamais regardées en face. Nous avons la peur des images, des idées, mais jamais nous n'entrons en contact avec le fait même. Quelques intimes que soient nos rapports avec quelqu'un, ce que nous appelons nos rapports avec lui, ce qui existe réellement, c'est un rapport entre les images que nous avons chacun de l'autre. C'est cela que nous appelons les rapports humains. Une image qui entre en contact avec une autre ! De même, nous ne sommes jamais en contact avec la peur elle-même. Celle-ci indique la présence d'un danger. Quand nous nous trouvons devant un danger physique comme un serpent ou un précipice, il se produit une action instantanée. On n'y pense pas, il n'y a pas de conclusion. Le corps réagit immédiatement. Mais il existe des dangers psychologiques dont nous ne sommes pas conscients, et qui par conséquent ne sont pas suivis d'action immédiate.

Nous avons d'innombrables peurs, et l'une des principales est la peur de la mort. Si nous sommes éveillés à la vie, nous sommes conscients de cette chose extraordinaire appelée la mort. Mais nous ne savons pas comment l'affronter parce que nous avons peur. Pour faire face à ce qu'on appelle la mort, il faut tout d'abord être affranchi de la peur. C'est cette peur constante de l'inconnu, ou plutôt cette peur constante d'avoir à quitter le connu, les choses que nous connaissons, nos expériences, nos souvenirs, notre famille, notre savoir, notre activité. C'est de cela que nous avons peur et non réellement de la mort. Nous savons qu'elle existe. Nous nous réconfortons avec l'idée de la réincarnation, de la résurrection, de différentes croyances, ou en raisonnant la question en essayant de nous dire :

« C'est une chose inévitable, ma vie a été une chose lamentable », ou encore : « Elle a été belle et bonne et maintenant tant pis allons de l'avant. » Mais si nous voulons véritablement comprendre cette question de la mort qui au fond n'est pas une chose extraordinaire, nous avons non seulement à comprendre ce que c'est que de vivre, mais encore ce que c'est que la peur. Parce que, comprenant ce que c'est que de vivre, nous nous apercevons que vivre et mourir sont très près l'un de l'autre ; ce ne sont pas deux choses différentes. Nous ne pouvons pas vivre si nous sommes dans un état de lutte constante, si nous nous efforçons de nous accomplir, si nous nous sentons frustrés, et découvrons par nous-mêmes notre profonde solitude et notre insuffisance.

Telle est notre vie ; nous avons le désir profond de nous accomplir, de réussir, de devenir. La pensée intervient, elle se dérobe devant la mort, elle la rejette au loin, tenant ferme aux choses qu'elle connaît. Mais nous ne savons pas vraiment ce que c'est que de vivre ; ce que nous appelons vivre est une existence misérable, un effrayant gâchis, une lutte constante avec de passagères éclaircies de joie, de plaisir intense ; mais la plus grande partie de notre existence est si superficielle, si morne ; nous ne savons pas vraiment ce que c'est que de vivre. Et pourtant, si nous pouvions mourir à toutes ces choses que la pensée a construites en nous, mourir véritablement, mourir à nos plaisirs, à nos souvenirs, à nos craintes réelles, il y aurait une façon de vivre tout autre. Cette façon de vivre n'est jamais très loin de la mort ; mais pour la connaître, il nous faut un état de passion, une grande intensité, de l'énergie qui nous permet d'apprendre à connaître la mort, la peur, parce que dès que nous apprenons à la connaître elle cesse d'exister. Nous ne pouvons pas apprendre si nous ne savons pas comment observer. Après tout, apprendre à connaître la mort, vous le comprenez, est véritablement une chose extraordinaire ; parce qu'il existe la mort physique réelle. L'organisme prend fin par l'effet de la vieillesse, des infirmités, de la maladie. Alors il est trop tard. L'esprit n'est plus capable d'une perception rapide, parce que nous nous sommes laissés conditionner si lourdement. Quand nous sommes malades, abattus, quand les cellules cérébrales se

sont lassées, nous ne pouvons plus apprendre à connaître, et alors malheureusement nous vivons dans nos croyances, nos espérances, et il n'y a aucune issue de ce côté-là. Mais si nous prenons conscience de nos existences, de la façon dont nous vivons, de nos pensées, de nos sentiments, de ces plaisirs que nous poursuivons constamment, alors dans cette compréhension, ces choses auxquelles nous sommes attachés avec tant de ténacité tombent d'elles-mêmes. Et dès lors on meurt chaque jour ; sans cela il n'y a jamais rien de neuf.

Tel est, après tout, l'esprit véritablement religieux, et non les croyances, les dogmes, les rites, les sectes, la propagande qui se poursuit depuis deux mille ou dix mille années, toutes choses qui ne sont absolument pas la religion. Nous sommes esclaves de la propagande, celle de l'homme d'affaires ou celle du prêtre. Mais la religion est quelque chose d'entièrement différent. Pour découvrir ce que c'est que la vérité, pour découvrir s'il existe quelque chose que l'homme a nommé son Dieu, l'inconnu, il nous faut mourir au connu, parce qu'autrement nous ne pouvons pas entrer en contact avec cette chose étrange que l'homme recherche depuis des milliers d'années. Il a inventé la pensée, il a construit un concept de ce que Dieu est ou n'est pas. Il y croit ou il n'y croit pas selon son conditionnement. Le communiste, le véritable communiste ne croit pas. Pour lui il n'existe que l'Etat ; il est probable que par la suite il déifiera Lénine ou quelque autre personnage. Il y a d'autre part, ceux qui ont été conditionnés à croire. Tous deux sont pareils, le croyant et le non-croyant. Pour découvrir s'il existe quelque chose au-delà de ce que la pensée a pu construire nous devons tout rejeter ; nous devons rejeter les dogmes, les croyances, nos espérances et nos craintes. Il n'est pas véritablement très difficile de le faire, parce que quand nous voulons vraiment apprendre, nous mettons de côté toutes les choses absurdes que l'homme a inventées dans sa peur.

Quand prend fin la pensée, née du plaisir, quand on meurt à la pensée, il surgit quelque chose d'entièrement différent, une dimension nouvelle qui ne peut être ni exprimée, ni expliquée. Elle est absolument indépendante de toute croyance, de tout dogme, de toute peur. Ce n'est pas

une parole. Cette parole ne peut s'incarner, et pour la connaître, l'expérimentateur, l'observateur, le censeur, doivent cesser d'exister. C'est pourquoi nous avons dit dès le commencement qu'il faut comprendre le conflit, et qu'il y aura conflit tant qu'il y aura l'observateur et la chose observée. C'est en lui que se trouve la racine du conflit. Quand je dis : « Il me faut comprendre », ou « j'ai peur », le « je » se voit différent de sa propre crainte, en réalité il ne l'est pas, la crainte c'est le JE. Les deux sont inséparables. Dès l'instant où l'observateur est la chose observée, alors le penseur, source de la pensée, prend fin, et vous vous apercevrez que la peur sous toutes ses formes a pris fin également.

En tout cela il y a une concentration d'énergie. Cette énergie fait explosion et alors surgit le neuf, ce renouvellement qui ne peut être l'objet d'une reconnaissance. Quand nous reconnaissons quelque chose, ce ne peut pas être une chose neuve. C'est une expérience par laquelle nous avons déjà passé, et par conséquent ce n'est pas nouveau. Les expériences extraordinaires, les visions de tous les saints et des gens bien pensants, ne sont que des projections du déjà connu, de leur esprit conditionné. Le chrétien voit son Christ parce qu'il a été conditionné par la société dans laquelle il vit, dans laquelle il a grandi.

Tant qu'il y a l'expérimentateur et l'objet de son expérience c'est un état où il n'y a aucune réalité, il n'y a que conflit. Quand l'expérimentateur cesse d'exister alors seulement paraît cette chose, objet de la recherche de l'homme depuis tous temps. Dans notre vie nous sommes toujours à chercher, à rechercher le bonheur, Dieu, la Vérité. Ces choses ne peuvent pas être trouvées par l'effet d'une recherche, mais seulement quand toute recherche a cessé, quand l'homme est une lumière à lui-même. Pour être une lumière à soi-même, il faut une passion, une intensité brûlante. Ce n'est pas quelque chose que l'on puisse domestiquer. Mais c'est de ce tourbillon de souffrance, de confusion, de désespoir, que surgit cette révolution, cette mutation intérieure. Seul un esprit renouvelé peut connaître cette chose que l'on nomme Dieu ou la Vérité, ou autre chose. Mais le connu ne peut pas connaître l'inconnu, et nous sommes le résultat du connu. Tout ce que peut faire le connu, lui qui

est la pensée, ne fera que repousser l'inconnu de plus en plus loin. Ce n'est que quand la pensée s'est comprise elle-même, qu'elle s'est acceptée, qu'il peut y avoir compréhension de tout ce processus de la pensée, du plaisir et de la peur. L'esprit ne peut être calmé par aucune mesure de conformisme, de discipline, d'exercice. Ce qui le rend véritablement silencieux c'est la compréhension de soi-même, de ses propres pensées, de ses désirs, de ses contradictions, de ses plaisirs, de ses attachements, de sa solitude, de son désespoir, de sa brutalité et de sa violence. De cette compréhension naît le silence, et seul l'esprit silencieux peut saisir, voir, percevoir, ce qui est.

10 mai 1966.

CONFÉRENCES DE PARIS

I

Bien qu'il faille se méfier des comparaisons, il n'y a pas grande différence entre l'Orient et l'Occident, les peuples qui habitent en Asie et ceux qui sont de l'Ouest. Ils peuvent avoir des philosophies, des croyances, des coutumes, des habitudes et des mœurs différentes de celles de l'Occident, mais ce sont des êtres humains comme tous les autres, des gens qui souffrent, auxquels se posent d'innombrables problèmes, des gens anxieux, apeurés, souvent désespérés par leurs maladies, leur vieillesse, la mort. Ces problèmes existent dans le monde entier. Leurs croyances, leurs dieux ne sont pas différents des dieux et des croyances de ce pays, ni de ceux des autres pays d'Occident. Ces croyances n'ont résolu aucun des problèmes humains d'une façon fondamentale, profonde ou radicale. Elles ont rendu possible une certaine culture, des mœurs adoucies, une acceptation superficielle de certains rapports humains, mais, foncièrement et profondément, l'homme n'a pas changé beaucoup dans les quelques derniers deux millions d'années. A travers les âges, il a paru combattre, a nagé désespérement contre le courant de la vie, toujours en lutte, en conflit, s'efforçant, tâtonnant, recherchant, demandant, exigeant, priant, se tournant vers autrui pour résoudre ses problèmes humains.

Voilà des siècles que cela dure et nos problèmes ne sont apparemment pas résolus. Nous souffrons encore, nous som-

mes encore à tâtonner, à chercher, à demander, à exiger que quelqu'un nous dise quoi faire, quoi ne pas faire, quoi penser ou ne pas penser, à changer de croyance pour en adopter une autre, à modifier notre point de vue, en remplaçant quelque idéologie stupide par une autre. Ceci nous le savons ; nous avons parcouru toutes les différentes croyances. Peut-être nous arrive-t-il de réagir, de modifier nos positions, mais toujours dans le même champ de la vie, et il semble que nous restions fondamentalement ce que nous avons toujours été. Peut-être que, par-ci par-là, il se manifeste un petit changement. Il y a de légères modifications, la naissance de différentes sectes, de différents groupes avec leurs points de vue variés, mais intérieurement cette lutte, cette anxiété, ce désespoir effrayant persistent.

Nous pouvons peut-être aborder ces problèmes autrement. Il faut qu'il y ait — je crois qu'il y a — une façon tout autre d'envisager notre existence dans son entier, une façon différente de vivre sans cette lutte, cette peur, ces dieux qui ont en réalité perdu tout sens, sans ces idéologies, communistes ou religieuses, qui ne signifient à peu près plus rien du tout. Elles ont aidé à civiliser l'homme, à le rendre un peu plus doux, un peu plus amical, mais foncièrement il n'a pas changé, il demeure sauvage. Nous sommes encore brutaux, en guerre les uns avec les autres, à la fois intérieurement et extérieurement. Il y a eu 15 000 guerres au courant des 5 500 dernières années, ce qui fait deux guerres et demie par an. L'homme a été venimeux, haineux, en compétition avec son prochain, toujours à lutter pour le prestige, sa situation, la puissance et la domination. Nous savons tout ceci et nous l'acceptons comme étant le train normal de la vie : la guerre, la peur, le conflit, une existence superficielle.

Il me semble qu'il peut y avoir une façon différente de vivre, et ce sera là le sujet de nos causeries pendant les cinq réunions qui vont avoir lieu : comment faire naître une révolution non pas extérieure mais intérieure, parce que la crise est une crise de la conscience ; elle n'est pas économique ou sociale. Nous réagissons à chaque instant aux provocations extérieures que nous porte la vie, et nous

trouvons des réponses superficielles. Or, il nous faut répondre effectivement et adéquatement à cette crise intérieure qui monte en nous et se construit à travers les âges. Les théologies, les philosophies intellectuelles, subtiles, astucieuses, et les diverses évasions qu'offrent les religions par leurs dogmes divers, ne peuvent absolument pas résoudre ces problèmes. Plus on est sérieux, plus on en prend conscience. Par le mot « sérieux », j'entends ceux qui sont capables, qui véritablement affrontent ces questions pour les résoudre dans l'immédiat, sans remettre au lendemain, sans s'y dérober, sans chercher à y répondre d'une façon purement intellectuelle, verbale ou émotive. La vie n'existe que pour les gens sérieux, et non pas pour ceux qui se contentent de se distraire, réagissant superficiellement et s'évadant de leurs profondes crises intérieures.

Ayant énoncé le problème plus ou moins, — il serait possible de l'approfondir consédérablement, et peut-être que nous le ferons, — comment s'en sortir ? Plus le problème est exprimé clairement, plus claire devient la réponse. Je ne suis pas du tout certain que nous voyions le problème très clairement, que nous voyions quel est le point à discuter. Nous cherchons à répondre selon nos tempéraments, notre éducation, le conditionnement de la société dans laquelle nous avons été élevés. Nous cherchons à répondre fragmentairement. Si notre tendance est très intellectuelle, c'est intellectuellement que nous cherchons une solution, c'est intellectuellement que nous cherchons à vivre. Si notre tendance est vers l'émotivité, la sentimentalité, la sensiblerie, ou si nous sommes des artistes, c'est de ce point de vue que nous cherchons la réponse ; nous nous efforçons de voir les choses dans une atmosphère émotive ou sentimentale. Et ainsi nous considérons tout ce problème de l'existence par morceaux, par segments. Nous paraissons incapables de le voir globalement, comme une vie totale ; or, une réponse fragmentaire n'en est pas une. Nous ne pouvons pas répondre à ces nombreuses questions conformément à nos tempéraments, nos idées, nos idéologies. La question dépasse de beaucoup la réaction individuelle.

L'individu est l'entité localisée ; c'est le Français, l'Anglais, l'Hindou et ainsi de suite ; c'est une entité localisée. Mais l'être humain, bien qu'il vive dans un pays localisé,

est l'être humain du monde entier. Il faut voir ce point clairement : la différence qui existe entre l'individu et l'être humain. Si on est capable de comprendre l'être humain, l'individu prend sa place tout naturellement, ou peut-être n'y prend-il aucune place du tout. Mais se contenter de cultiver le petit jardin de sa propre personnalité, de le tenir net et propre, dans la courette de notre individualité, a bien peu de sens quand il s'agit de l'existence humaine totale. Peut-être que, par la compréhension de l'être humain, on arrive naturellement à trouver la place de l'individu, mais par la compréhension de l'individu on est absolument incapable de saisir l'être humain dans sa totalité. Ce problème s'éclaircit beaucoup si l'on est capable de le voir d'une façon non fragmentaire, non pas du point de vue du savant, de l'artiste, du philosophe, du théologien et ainsi de suite, mais du point de vue de l'être humain dont le destin est de vivre dans ce monde, sans s'évader, mais en abordant la question, si c'est possible, comme un tout.

Comme nous l'avons dit plus haut, nous vivons une vie de conflit, cherchant, demandant, espérant toujours ; ne voyant jamais la fin de nos douleurs, ne mettant jamais fin à la violence, à la fois intérieurement et extérieurement. C'est un jeu que nous jouons depuis des siècles et des siècles. Les religions ont dit à l'homme qu'il lui faut lutter, faire d'énormes efforts, batailler pour le bien contre le mal, rechercher la justice, éviter le mal. Notre vie, telle que nous la connaissons vraiment et non pas théoriquement, est une suite de conflits, de contradictions, de tensions entre des désirs opposés, et nous paraissons incapables de nous extraire de ce filet. N'y aurait-il pas une façon tout autre d'aborder ce problème ?

Je crois que oui. Je ne sais pas comment vous écoutez les paroles prononcées ici ; ne faites-vous qu'écouter, entendant une suite de paroles, d'idées, de concepts, les approuvant ou étant en désaccrod avec eux, discutant silencieusement en vous-mêmes avec l'orateur ; ou bien, par cet acte d'écouter, prenez-vous conscience de l'état réel de votre propre vie en tant qu'être humain ? Si vous vous contentez de réagir intellectuellement à ce qui est dit, vous vous identifiez avec le problème, rien de plus ; et par conséquent,

vous vous voyez comme étant différents du problème. C'est un point que nous allons approfondir quelque peu.

Considérons par exemple la question de l'anxiété. Il y a un sentiment de désespoir dans nos vies à cause de la futilité, de l'ennui qui y règne, de la nature mécanique et répétitive de l'existence, et il y a l'anxiété. Intellectuellement nous voyons que nous sommes anxieux, et nous nous séparons de cette anxiété. Dès cet instant, l'observateur est différent de la chose observée. Nous disons : « Je suis anxieux », le JE étant autre chose que l'anxiété. Le penseur, l'observateur est autre chose que ce qu'il observe, ou de ce qui est pour lui un objet de pensée. Il y a une division entre le penseur, l'observateur et la pensée, la chose observée. Il nous faut découvrir comment nous écoutons. Si nous écoutons en tant qu'observateur, en tant que penseur, il y a un objet de notre pensée, de notre observation. Il n'en est pas ainsi quand nous écoutons avec attention. Il ne s'agit pas d'une attention intellectuelle ou émotive ; d'une attention orientée. Si nous disons : « Il me faut être attentif », il ne s'agit là que d'un acte de volonté, lequel encore est un facteur de séparation. Mais si nous écoutons avec attention, si nous faisons attention, il n'y a plus l'activité fragmentaire du mental ou du sentimental ; il y a une attention complète qui n'est ni mentale, ni émotionnelle, ni purement physique. L'attention est à la fois physique, émotionnelle et intellectuelle, c'est une activité globale. Les nerfs, les cellules hautement sensitives du cerveau, sont extraordinairement éveillées, attentives. Dans *cet* état d'attention nous sommes capables d'écouter. Tout ce qui est faux est rejeté ; c'est sans valeur aucune. Dans cette attention tout ce qui est vrai demeure et s'épanouit.

J'espère que vous faites tout ceci tandis que nous parlons ensemble, c'est cela que je voulais indiquer quand j'ai dit que vous ne devez pas vous contenter d'approuver ou de désapprouver l'orateur, ou de vous efforcer d'interpréter ce qu'il dit. Vous vous apercevrez, tandis que vous écouterez ces cinq causeries, que l'orateur ne va vous donner aucune idée, aucune formule, aucun concept. Mais si vous êtes attentifs, totalement attentifs, il s'établira un rapport entre l'orateur et son auditeur, et dès cet instant nous pourrons examiner, partager la chose, objet de notre entretien

et, dès lors, vous n'êtes pas simplement un auditeur, mais nous avons entrepris ensemble un voyage. C'est un état entièrement différent de la concentration ; un homme qui se concentre est braqué sur lui-même ; l'attention est autre.

L'objet de notre entretien est la terminaison de cet éternel conflit. Nous cherchons à découvrir s'il est possible, tout en vivant dans ce monde, d'être entièrement sans conflit. Pour le découvrir il nous faut y accorder notre totale attention. Or, il n'y a pas d'attention quand vous dites : « Je suis d'accord », ou encore : « Je suis avec vous jusqu'à ce point, mais pas plus loin » ; « ceci me plaît et cela pas » ; « je suis un écrivain et je me propose d'interpréter tout ceci d'une certaine façon ». Mais si nous pouvons accorder notre attention complète, cette attitude en vaudra la peine. Dès lors une communion est établie entre nous. Dans une telle communion il n'y a pas l'instructeur et celui qui se laisse instruire, relation par trop enfantine. Il n'y a pas de disciple, pas plus qu'il n'y a celui qui dit : « Faites ceci, faites cela. » Telle a été notre attitude en tant qu'être humain pendant des siècles et des siècles, Nous avons eu des sauveurs, des maîtres, des dieux, des croyances, des religions à la douzaine, elles n'ont pas résolu nos problèmes. Nous sommes aussi malheureux, aussi misérables, confus, douloureux que jamais, et nos vies sont devenues petites et mesquines. Nous sommes peut-être extrêmement habiles, nous pouvons parler indéfiniment de toutes choses avec art, mais intérieurement nous sommes le jouet d'éternels remous, dans une solitude infinie, une confusion de plus en plus grande et de plus en plus profonde, et une souffrance qui semble ne jamais devoir prendre fin.

Nous avons énoncé le problème que la plupart d'entre nous connaissons si bien ; existe-t-il une façon différente de l'aborder ? Ce n'est pas notre ancienne attitude évidemment qui nous permettra de nous en sortir. Ceci doit être vu absolument clairement afin que nous lui tournions définitivement le dos. Cette ancienne attitude des religions, avec leurs croyances, leurs dogmes, leurs sauveurs, leurs maîtres, leurs prêtres, leurs archevêques, et tout ce qui s'ensuit, qu'elle soit catholique, protestante, hindoue ou bouddhiste, tout cela doit être rejeté complètement, et cela,

parce que nous avons compris que c'est une voie qui n'est pas faite pour mener l'homme à la liberté. Celle-ci est un état d'âme entièrement différent de la révolte. Le monde entier à l'heure actuelle est en révolte, plus particulièrement la jeunesse, mais ce n'est pas là, la liberté. La liberté est quelque chose d'entièrement différent ; on n'est pas libre *de* quelque chose. Quand on est libre de quelque chose on est en état de révolte. Si je me révolte contre ma religion, je réagis contre cette religion, je me tourne vers une autre parce que celle-ci me donnera, à ce que je crois, une plus grande liberté, quelque chose de plus stimulant, un nouvel ensemble de paroles, de phrases, de dogmes, d'idéologies. Mais cet état de réaction est incompatible avec un examen réel. Seul un esprit libre, et non en état de réaction, est capable d'examiner non seulement l'esprit humain tel qu'il est, mais encore toute la structure psychologique de l'ordre social dont on fait partie en questionnant, en doutant, en étant sceptique. Questionner, demander, découvrir, toutes ces choses exigent une grande liberté et non pas un état de réaction. Là où il y a liberté, il y a passion, et il y a une intensité, qui sont entièrement différentes de l'intensité, de la passion nées de la réaction. La passion, l'intensité, la vitalité, la vigueur qu'apporte la liberté n'ont pas de fin, tandis que l'enthousiasme, l'intérêt, la vitalité, nés de la réaction sont sujets au changement et à la modification.

Pour découvrir s'il existe une différente façon de vivre, une différente façon de *vivre*, et non pas d'agir ou d'effectuer, mais de *vivre* ce qui est aussi action, il faut naturellement rejeter tous les liens qui nous ont asservis. C'est là, me semble-t-il, la première chose à faire, parce qu'autrement nous sommes incapables d'examiner ou de regarder. Comment un esprit qui est lourdement conditionné par deux mille années de propagande, ou dix mille années de tradition, comment un tel esprit peut-il observer ? Il ne peut le faire que conformément à ce conditionnement, à ses ambitions, à son désir de s'accomplir. L'examen poursuivi dans un tel esprit n'a aucune vitalité, n'a rien du tout ; il est incapable de découvrir quoi que ce soit de neuf. Même dans le domaine scientifique, même si l'on a une science vaste et étendue, pour découvrir quelque chose de neuf, le connu

doit être provisoirement mis de côté ; autrement on ne peut rien trouver de nouveau. Il est évident que si l'on veut voir le neuf avec clarté, le passé, le connu, le savoir accumulé, doivent prendre fin.

Nous nous demandons, vous et moi, s'il n'existerait pas une nouvelle façon d'aborder le problème, une façon où il n'y aurait ni conflit, ni contradiction. La contradiction entraîne avec elle l'effort, et là où il y a effort il y a conflit, celui-ci consistant soit à résister, soit à accepter. Résister c'est s'abriter derrière des idées, des espérances ou des craintes ; l'acceptation devient imitation. Nous nageons sans cesse à contre-courant, et telle est notre vie. Est-il possible de nous mouvoir, de vivre, d'être, de fonctionner de telle façon qu'il n'existe aucun courant contre lequel nous ayons à lutter ? Plus il y a de conflits, plus il y a de tension. Et de cet état de tension prennent naissance toutes sortes de névroses et de maladies mentales. Il arrive évidemment qu'un être humain dans un état de tension ait une certaine capacité et que celle-ci s'exprime en musique, en littérature, et de plusieurs autres façons.

Je cherche à transmettre, ou plutôt à communiquer non verbalement ; bien que je sois forcé d'utiliser des paroles, nous savons tout de même que la parole n'est pas le fait, n'est pas la chose. Au lieu d'aborder sans cesse la réalité dans la discipline, le conflit, l'acceptation, le rejet, qui sont les procédés employés par l'homme pendant des siècles et des siècles, pour découvrir quelque chose, ne serait-il pas possible qu'il se produise une explosion et que, grâce à celle-ci, un état d'esprit entièrement nouveau prenne naissance ? Notre âme ancienne, qui contient en elle beaucoup de l'animal, cette âme qui recherche sans cesse le confort, la sécurité, qui a peur, qui est anxieuse, solitaire, douloureusement consciente de ses propres limitations, cette âme, cet esprit d'autrefois, ne peuvent-ils pas prendre fin instantanément, et un nouvel esprit ne peut-il naître et agir ? Le problème est-il posé clairement ?

Je vais le poser autrement. C'est la pensée qui a créé ces problèmes. La pensée a dit : « Il me faut trouver Dieu », « il me faut une sécurité » ; « ceci est mon pays, ce n'est pas le vôtre » ; « vous êtes un Allemand, moi je suis Français ; vous êtes Russe ; vous êtes communiste ; vous

êtes ceci, vous êtes cela » ; « mon Dieu, votre Dieu » ; « je suis un écrivain, vous pas » ; « vous êtes inférieur, je suis supérieur » ; « vous êtes spirituel, moi je ne le suis pas ». La pensée a construit cette structure sociale où nous nous trouvons, dont nous faisons partie. C'est elle qui est responsable de toute cette confusion. C'est elle qui l'a créée, et quand elle dit : « Il faut que je change tout ceci pour devenir autre chose », elle créera par là une structure quelque peu différente sous certains rapports, mais foncièrement pareille à l'ancienne, parce qu'il s'agit toujours de l'action de la pensée. Elle a partagé le monde en nationalités, en groupes religieux ; elle a donné naissance à la peur. Elle a dit : « Je suis beaucoup plus important que vous », « il me faut aimer mon prochain ». C'est elle qui a créé toute cette hiérarchie de prêtres, de sauveurs, de dieux, de concepts, de formules ; et si maintenant elle dit : « Tout ceci est mauvais ; je m'en vais créer une nouvelle série d'activités, de croyances, de structures », malgré quelques différences, elles resteront foncièrement les mêmes. Elles seront encore le résultat de la pensée.

Elle a construit un monde communiste et à l'heure actuelle elle y apporte quelques changements, consacrant une sorte d'embourgeoisement du communisme, le rendant moins révolutionnaire ; elle l'adoucit, elle l'amollit. Mais c'est toujours la pensée qui crée et qui détruit.

Pour trouver quelque chose de véritablement et totalement différent, il vous faut non seulement connaître l'origine de la pensée, sa naissance, mais encore voir s'il est possible qu'elle prenne fin pour permettre à un nouveau processus de se mettre en marche. C'est une question extraordinairement importante. Vous ne pouvez pas, là-dessus, être d'accord ou non ; vous n'en savez rien, vous n'y avez probablement jamais réfléchi, et vous ne pouvez pas affirmer non plus que vous ne comprenez pas. Peut-être direz-vous : « Oui, je comprends dans ce sens que je suis capable de suivre verbalement, intellectuellement, toutes ces choses dont vous parlez », mais ceci est absolument différent que de comprendre véritablement le fait. La pensée a créé des guerres en divisant les hommes en Français, Allemands, Italiens, Indiens, Russes. Elle a partagé le monde en domaines, en champs de croyances, chacune ayant son sauveur,

son Dieu ; chacune a son dieu ! Et des peuples se sont combattus. Tout ceci a été engendré par la pensée, et elle se dit : « Ceci je le vois, c'est un fait ; et maintenant je vais créer un monde différent. » C'est ce qu'elle s'est efforcée de faire avec le communisme. C'est ce qu'elle s'efforce de faire à chaque révolution, mais en fin de compte elle en revient toujours au même point.

Elle a créé des philosophies, des formules, selon lesquelles nous nous efforçons de vivre. Elle a créé une structure psychologique du plaisir, elle a établi des valeurs basées sur le plaisir. Ceci ne veut pas dire que je suis, par principe, opposé au plaisir, mais nous avons à examiner toute sa structure. La pensée est incapable de créer un monde nouveau. Ceci ne veut pas dire que c'est le sentiment qui pourra le créer, au contraire il ne le peut pas. Il nous faut découvrir une énergie différente, une énergie qui n'est pas celle qu'engendre la pensée, mais une énergie qui fonctionne dans une dimension autre. Ses activités mêmes et leur fonctionnement sont dans un monde différent, dans un monde qui n'est pas celui des évasions, d'une vie passée dans un monastère, au sommet de l'Himalaya, dans une grotte ou toute autre absurdité. Et c'est cela que nous allons découvrir. Je suis absolument certain qu'il y a une façon tout autre de vivre, mais ce n'est pas du domaine où agit le mental. Il nous faut donc trouver la pensée à son origine, son commencement, découvrir ce qu'elle signifie, quels en sont la structure et le mécanisme. Quand l'esprit, l'entité totale comprend, donne son attention complète à saisir la structure de la pensée, nous commençons à vivre d'une énergie différente. Il ne s'agit absolument pas d'accomplissement de soi, de recherche, de soif d'autre chose ; tout cela disparaît. Nous allons nous préoccuper maintenant de comprendre ensemble. Ce n'est pas vous qui écoutez et l'orateur qui prononce certaines paroles. Ensemble nous allons découvrir l'origine de la pensée.

Je ne sais pas si vous avez remarqué la façon dont celle-ci renforce le plaisir. Plus vous pensez à une chose qui vous a été agréable, plus elle prend de vitalité, d'énergie, de force active. Quand la pensée entre en lutte avec une habitude, que celle-ci soit bonne ou mauvaise est sans importance, l'énergie produite par cette action est entièrement

différente de celle qui naît avec la compréhension de la structure totale de la pensée.

Nous allons découvrir par nous-mêmes. Il ne s'agit pas de nous l'entendre dire par quelqu'un d'autre, ce serait trop enfantin. C'est ensemble que nous allons découvrir cette origine de la pensée, voir s'il est possible pour elle de prendre fin à l'instant où c'est nécessaire, et de fonctionner au contraire avec précision et exactitude, clarté et raisonnement, quand cela s'impose. Jusqu'à présent, nous avons survolé du connu à l'inconnu et nous tombons dans la confusion, mais là où la pensée doit fonctionner avec énergie, sans émotivité, comme dans un travail technique, il n'y a pas de réaction émotive. Vous avez été dressés en tant que techniciens, et dans ce domaine vous fonctionnez avec précision. Mais cette précision n'a que faire dans le champ où il s'agit de comprendre l'origine de la pensée. Dans un tel domaine elle n'entraîne que confusion. La pensée est capable de fonctionner pleinement et complètement dans la raison et dans la santé, sans être obscurcie par des états de névrose, là où c'est nécessaire ; mais il existe un champ où elle n'a pas à fonctionner du tout ; et c'est dans ce champ qu'une révolution est possible, que le neuf peut se produire, et c'est ce que nous allons découvrir par nous-mêmes en avançant ensemble.

☆ *Je crois qu'il existe une sorte d'énergie, laquelle est donnée à chacun pendant son sommeil, et cette énergie est étrangère à la pensée, à la pensée ordinaire.*

★ Ce monsieur dit qu'il nous est donné une certaine forme d'énergie dont la pensée est complètement absente. Qui la donne ? Qu'est-ce que c'est que l'énergie, Monsieur ? Attendez. Commençons au commencement. Quand nous parlons d'énergie qu'entendons-nous ? Il y a l'énergie physique qui nous vient de nos aliments, et tout ce qui s'ensuit. Il y a l'énergie qui naît de certains états émotifs, les états les plus sentimentaux, les plus émotionnels. Il y a l'énergie intellectuelle. En général, ces trois énergies et leurs divisions sont en contradiction les unes avec les autres, et ces contradictions mêmes engendrent une autre forme d'éner-

gie. Tout ceci peut être facilement découvert par l'observation psychologique courante.

Je suis ambitieux ; je voudrais m'accomplir ; je voudrais arriver au sommet ; je veux être reconnu par le monde — quel que soit le sens qu'on donne au mot « monde ». Je suis assoiffé de célébrité, et tout ceci fait naître en moi une très grande énergie. Je perds tout scrupule. Il y a donc l'énergie de la violence et, prenant conscience de cette violence, je crée une idéologie de non-violence. Il s'établit une lutte entre le fait de la violence et cette stupidité qu'est l'idéologie de non-violence. Toute énergie engendre son propre opposé et nous sommes pris entre les deux. Je vous aime et je suis jaloux, je suis lié. Je deviens dominateur, possessif, et cela me donne une énergie énorme. Si vous vous tournez contre moi cela devient de la haine ; voilà une autre énergie. Mais nous ne parlons pas du tout de ce genre d'énergie, de celle qui naît de la pensée. La pensée peut agir consciemment ou inconsciemment. Et pour la plupart d'entre nous c'est une réaction inconsciente. La réaction inconsciente vient d'un mot qui éveille en nous toute une série de souvenirs, d'associations, comme par exemple le mot « Dieu », qui suscite d'immenses réactions à la fois chez le croyant et chez le non-croyant.

Nous devons voir très clairement ce que nous entendons par cette énergie issue du conflit. Regardez l'énergie que dépense un homme d'affaires tous les matins pour aller à son bureau, pour lutter, que cela se passe en Russie ou ici. Pensez à son énergie ! Celle-ci prend naissance dans son conditionnement social, son ambition, son désir de réussir, son plaisir, son désir d'acquérir, d'avoir de nouvelles automobiles, des maisons, d'avoir plus, et plus et plus... Tant que cette énergie de psychose n'aura pas pris fin, l'autre ne peut naître, les deux sont incompatibles. L'ambition de l'homme, prosterné devant le succès, le prestige, la situation éminente, l'homme qui est assoiffé du désir de s'exprimer ; ils ont leur propre énergie ; c'est une énergie qui est absolument incapable de comprendre ce que c'est que l'amour. Comment l'homme ambitieux, qu'il le soit au nom de Dieu, de la société, ou de sa propre réussite personnelle, comment un tel homme peut-il comprendre l'amour, comment peut-il aimer ? C'est impossible.

Nous devons voir très clairement que ces deux énergies ne peuvent pas être confondues ; elles ne peuvent être mêlées. Quand l'énergie du conflit cesse, peut-être pourrons-nous alors comprendre une énergie autre. C'est celle-là, et aucune autre, qui est capable de résoudre nos problèmes humains.

15 mai 1966.

II

Quand j'aurai parlé un peu, peut-être serez-vous contents de me poser des questions sur le sujet que nous aurons traité. Il me semble que chaque être humain, qu'il vive en Orient ou en Occident, doit se préoccuper de résoudre radicalement les problèmes de la souffrance, la confusion, la lutte dans laquelle nous sommes pris. Toutes les autres questions sont secondaires, — les livres, la musique, la peinture, les différentes choses que nous faisons par choix, ou parce que nous avons un certain talent qui nous y pousse, — toutes ces choses me paraissent être des questions secondaires qui recevront leur réponse juste, quand une fois nous aurons compris et résolu cette confusion, ce labeur humain dont nous sommes prisonniers, ce gaspillage inutile d'énergie qui engendre tant de souffrances. Nous ne pouvons véritablement partir à la découverte, que libérés de cette douleur et de cette confusion. Alors seulement pourrons-nous nous demander s'il existe quoi que ce soit au-delà du mental humain, ou de la pensée ; s'il existe quelque chose de sublime, d'inconnaissable. Mais une telle enquête est totalement dépourvue de portée, de signification aucune, si nous n'avons pas résolu la peur, l'incertitude qui nous torture, le désespoir dans lequel la plupart des êtres humains sont maintenus. Toute enquête venant d'un esprit confus, profondément malheureux, d'un cœur humain tourmenté, toute recherche de la vérité émanant d'un tel champ, toute question que l'on peut se poser sur l'existence de Dieu, de quelque chose qui transcende le temps, est totalement inutile, est un gaspillage complet d'énergie. Un esprit confus peut bien paraître très subtil, capable d'écrire des livres, de faire toutes sortes de pro-

messes, mais quand il cherchera quelque chose au-delà de soi-même, il restera toujours dans la confusion, et ce qu'il pourra découvrir ne sera que le résultat de la confusion. Ce ne sera jamais une découverte née de la clarté ; enfantée comme elle l'aura été par la confusion, la douleur, la lutte, le désespoir. La première chose à voir clairement est que cette confusion, qui existe chez la plupart des gens, ne peut être résolue en cherchant à la fuir par une évasion, ou à l'éclaircir ; tout ce que peut faire un esprit confus sera toujours confus. Il me semble que c'est là une chose dont nous ne nous rendons pas compte. Tout ce qu'un tel esprit pourra faire, que ce soit de peindre, de chanter, d'écrire des poèmes, sera toujours issu de sa propre confusion et celle-ci, comme nous l'avons dit lors de notre dernière réunion, est le résultat de notre pensée.

J'espère bien que vous ne m'écoutez pas purement verbalement ou intellectuellement, parce qu'alors les mots, les livres, les explications n'auront pas de fin. Un esprit habile est capable d'inventer des douzaines d'explications, d'élaborer une philosophie, un système, mais tout cela n'aborde pas de face la question véritable et n'y donne aucune réponse. J'espère bien que vous n'écoutez pas simplement intellectuellement ou verbalement, mais que vous observez, ce qui au fond veut dire écouter, que vous observez le fait réel, les choses qui sont véritablement et non pas celles qui devraient être. Etes-vous capables d'affronter réellement le conflit quotidien, la souffrance, la solitude, le désespoir qui sont dans votre cœur, dans votre esprit ? Etes-vous capables d'écouter ainsi, non pas d'écouter une théorie ou une explication, ou ce que peut affirmer quelqu'un qui a un peu plus ou un peu moins à dire, mais d'écouter véritablement votre propre conditionnement, votre propre effort, votre propre anxiété ? Quand vous prenez conscience par vous-mêmes de votre propre état, il se passe en vous tout autre chose que quand un autre vous le fait remarquer. Si vous avez faim, vous n'avez besoin de personne pour vous le faire constater. Vous le savez très bien, et vous faites ce qu'il faut ou non, selon le cas. Mais si quelqu'un vous parle d'un problème, d'une question quelconque et qu'alors vous l'observez, approuvant ou désapprouvant, ce n'est pas votre propre problème, ce n'est pas

la question devant laquelle vous vous trouvez vraiment. Ce que nous nous efforçons de faire ce n'est pas simplement d'indiquer un fait dont vous êtes peut-être inconscients mais, en l'énonçant, de vous permettre de le découvrir vous-mêmes et par vous-mêmes. Dès cet instant il est le vôtre, votre problème ; et alors vous *faites* quelque chose, vous ne vous contentez pas de parler sans fin.

Si vous voulez bien écouter, non pas seulement les paroles prononcées, mais écouter réellement pour découvrir le fait par vous-mêmes, la réalité, le « ce qui est », alors ensemble nous pourrons le résoudre. Mais si l'orateur se contente de donner une explication, de prononcer une suite de paroles faisant remarquer le fait, alors ce fait n'est pas le vôtre, et le rapport qui s'est établi entre l'orateur et l'auditeur est sans valeur aucune.

Les problèmes humains sont nos problèmes ; non pas les problèmes techniques ; il ne s'agit pas de savoir aller à la lune, d'écrire un livre ou d'apprendre une langue, non. Mais ce sont les problèmes humains, ceux de notre confusion, de notre manque total d'affection, de nos solitudes, de nos contradictions, de notre éternelle soif de nous accomplir, avec les frustrations interminables qui en résultent ; tels sont nos problèmes et ceux-ci sont la création de la pensée. Nous avons construit une société, érigé une structure, un état psychologique de la société qui est le résultat de notre avidité, de notre envie, d'éternelles comparaisons, de concurrences, d'ambitions, de désirs de puissance, de *standing*, de prestige, de célébrité. Tout ceci est une construction de la pensée, et nous sommes le résultat de cette pensée, prisonniers de la structure psychologique d'une société dont nous faisons partie. Ceci encore est évident ; nous ne sommes pas autre chose que la société. La société c'est vous et moi ; nous l'avons créée par notre pensée à la fois consciente et inconsciente, nous l'acceptons ou nous nous révoltons contre elle, mais restant toujours dans le cadre d'une société particulière. A travers les siècles, la pensée l'a fabriquée avec ses dieux, ses instructeurs, ses religions, ses nationalités, et tout cet affreux gâchis dans lequel nous nous débattons. La pensée est incapable de s'affranchir de ce qu'elle a elle-même construit. Si elle le

fait, ou se figure l'avoir fait, ce sera encore une réaction, une simple prolongation modifiée de ce qui a été.

Pour nous la pensée est une chose extraordinairement importante, elle qui est la parole, l'idée, le passé, le présent, l'avenir, elle qui crée ces idéologies que nous acceptons si facilement. Que ces idéologies soient nobles ou ignobles est absolument sans importance. L'homme vit par sa pensée comme le font certains animaux, et nous voyons la confusion, le tourment où nous nous trouvons, et nous comptons sur elle pour amener un changement, par une décision, par l'effet du temps, par une affirmation de notre volonté disant : « Voici ce que je suis, il faudrait que je sois cela. » Ce que sera l'avenir est encore une création de la pensée, une idéologie, un idéal, un exemple. Bien que nous ayons soif de changement, — et tout être intelligent désire amener un changement dans le monde, et en lui-même, — l'instrument que nous utilisons pour amener ce changement c'est toujours la pensée. Et nous nous figurons, n'est-il pas vrai, que celle-ci va l'accomplir ? N'écoutez-vous pas en ce moment votre pensée fonctionnant tout le temps ? Très évidemment, oui ! Et nous ne voyons pas clairement ceci : que la pensée est absolument incapable d'engendrer un monde nouveau, de provoquer une révolution totale au sein de la conscience humaine. Alors, que faire ? Elle a créé cette confusion et, à ce que nous espérons, c'est elle qui va imposer un règne de clarté. Nous sommes tout à fait certains qu'elle pourra le faire, la pensée subtile, idéologique, habile, la pensée égoïste ou celle qui ne l'est pas, la pensée qui fonctionne autrement qu'égocentriquement, la pensée qui se consacre aux réformes sociales, aux révolutions, aux idées nouvelles, aux utopies.

Si nous pouvions saisir la portée de tout ceci, si nous nous rendions compte, quand ce ne serait que verbalement ou intellectuellement, de ce que la pensée est incapable de provoquer un changement radical, et que néanmoins une révolution radicale de la conscience humaine est absolument essentielle, nous verrions alors qu'il est stupide de continuer comme nous le faisons, luttant jour après jour avec nous-mêmes et dans la souffrance, dans la confusion, attendant la mort et la douleur. Nous nous

sommes tournés vers la pensée pour modifier cet état de choses, et celle-ci ne l'a pas fait. Si nous le comprenons quand ce ne serait que verbalement, que pouvons-nous faire ?

Quand nous nous posons cette question, nous demandons ensuite qu'on nous dise quoi faire, — écoutez soigneusement, je vous prie, — et par conséquent c'est encore par la pensée que nous réagissons dans l'espoir de découvrir. N'est-ce pas vrai ? Nous avons énoncé le problème clairement, nous attendons de trouver une réponse. Qu'est-ce qui attend ? Quelle est l'entité qui attend de trouver une réponse ? C'est encore la pensée ! Dès lors, celle-ci veut découvrir si ce que vous dites est vrai ou faux, veut approuver ou désapprouver, et retournant à son conditionnement ancien elle dit : « Comment vivre dans ce monde, si je ne pense pas ? » Nous ne disons pas qu'il ne faut pas penser, ce serait une affirmation enfantine.

Donc vous voyez le problème. Quand vous vous demandez : « Et maintenant, que faire ? », vous avez à découvrir *qui* pose la question. S'il vous plaît, ceci est très sérieux ! Nous ne sommes pas en train de nous distraire pour passer l'après-midi. Si vous n'êtes pas sérieux, tout ce que nous faisons est sans valeur, mais si vous êtes sérieux le moins du monde, si vous voulez approfondir tout ceci avec la passion de la vérité, il vous faut découvrir *qui* pose la question. Est-ce encore la pensée qui fonctionne ? Dès lors, nous pouvons examiner la question de l'origine de la pensée.

Nous ne disons pas que celle-ci doit cesser ; elle a sa fonction bien définie. Sans elle, nous ne pourrions pas aller à notre bureau, nous ne saurions pas où nous habitons, nous ne pourrions pas fonctionner du tout. Mais si notre désir est de susciter une révolution radicale dans la conscience, dans la structure intime du mental, nous devons nous rendre compte que la pensée, ayant construit cette société, et tout le gâchis qu'elle comporte, est absolument incapable de le résoudre. Les communistes ont voulu tout briser par une révolution, issue de la pensée. Ils ont rejeté une idéologie, ils en ont accepté une autre, et ils se retrouvent devant le même problème.

La pensée est essentiellement bourgeoise. Qu'elle se tourne

vers l'avenir ou le présent, elle fonctionne *toujours* à partir du passé, à partir de ses souvenirs, de son conditionnement, de ce qu'elle sait. Elle est l'essence même de la sécurité, et c'est cela que désire l'esprit le plus bourgeois : la sécurité, la sécurité à tous les niveaux ! Pour susciter un changement complet de la conscience humaine, il *faut* que la pensée fonctionne à un niveau, et il ne *faut pas* qu'elle fonctionne à un autre. Elle *doit* fonctionner naturellement, normalement à son niveau, le niveau quotidien ; elle doit fonctionner physiquement, techniquement, avec tout ce qu'elle sait, mais elle ne doit pas déborder et envahir un autre domaine où elle est dépourvue de toute réalité. Si je ne pensais pas, je ne pourrais pas parler. Mais un changement radical en moi-même, en tant qu'être humain, ne peut pas naître d'une idée, de la pensée, parce que celle-ci n'est capable de fonctionner que dans le conflit. La pensée ne peut qu'engendrer le conflit.

Ayant affirmé tout cela, si vous êtes sérieux, et j'espère que quelques-uns d'entre vous l'êtes, vous devez forcément vous demander quelle est l'origine, le commencement de toute pensée. Il vous faut en être bien assurés et non pas simplement acquiescer aux paroles de l'orateur. C'est pourquoi la façon dont vous écoutez a une si énorme importance, non pas en ce qui concerne l'orateur, mais à cause de votre propre état d'esprit lequel écoute aussi. Je ne sais pas si jamais vous vous êtes posé cette question à vous-mêmes et, si c'est le cas, à quel niveau vous vous la posez. Est-ce au niveau verbal et intellectuel, et attendez-vous que quelqu'un vienne vous dire quelle est l'origine de la pensée ? Si c'est le cas, la réponse sera toujours superficielle. Ou bien vous posez-vous la question sans attendre aucune réponse? Vous savez, c'est comme quand on *voit* quelque chose très clairement. Quand vous *voyez* quelque chose très clairement il n'y a pas de réponse ; la chose est là devant vous. L'esprit dans lequel la question est posée importe au plus haut point. C'est comme quand vous demandez si Dieu existe. Si vous êtes véritablement sérieux vous n'êtes ni croyant, ni non croyant. Si vous croyez que Dieu existe, vous découvrirez ce que vous croyez. Et si vous ne croyez pas, vous cessez toute recherche. Pour rechercher vraiment, il faut poser la question avec votre

énergie *tout entière*, avec votre esprit, votre cœur, votre système nerveux, toutes vos facultés, votre *attention complète*, et cela sans attendre de réponse parce que la réponse, s'il en vient une, sera toujours en fonction de la pensée. Voyez-vous la complexité du problème lui-même ? Vous avez posé la question, et l'esprit qui l'a posée n'attend aucune réponse, ne compte pas sur une réponse. Qui pourrait en donner une ? L'orateur peut expliquer, indiquer, et tout à l'heure nous allons approfondir, mais c'est vous qui avez posé la question, et de ce fait votre esprit est extraordinairement actif non pas dans l'expectative d'une réponse, non pas pour découvrir. Mais quand vous vous êtes posé la question, vous êtes dans un état de *sensitivité* et d'*éveil total*.

Dans un tel état d'attention, d'éveil, de sensitivité, tout ce qui est dit, que ce soit vrai ou faux, cet état de lucidité le connaîtra, mais ce n'est pas de l'intuition. Ne nous laissons pas duper par les mots. Il ne s'agit pas de votre Soi supérieur et de toutes ces sottises. C'est l'esprit qui a posé la question et qui en conséquence est devenu très sensitif. Dans ce champ tout ce qui est faux prend fin ; tout ce qui est vrai s'épanouit. C'est une chose que vous pouvez découvrir par vous-mêmes ; c'est très simple. Ce qui est important c'est *comment* vous vous posez la question. Ceci est extraordinairement important, parce que c'est de l'état de votre esprit qui a posé la question, que dépend sa capacité de saisir la vérité ou la fausseté de tout ce qui sera dit. Et ceci ne se produit pas conformément à votre tempérament, votre conditionnement ou vos particularités personnelles.

Quelle est l'origine de la pensée ? C'est une question des plus complexes, qui exige un esprit des plus subtils, et un esprit sans peur. Dès l'instant où a été découverte l'origine de la pensée, celle-ci prend tout naturellement sa place juste ; elle ne débordera plus dans cet autre champ, cette autre dimension où elle n'a que faire, où elle n'a aucune place du tout. Dans cette dimension seule peut se produire un changement radical. Dans cette dimension-là seule peut naître le principe nouveau qui n'est pas issu de la pensée.

Allons plus loin. S'il vous plaît, écoutez et ne prenez pas de notes. Ne vous encombrez pas de notes, vous êtes en

train de vous découvrir vous-mêmes, vous vous observez vous-mêmes. Et quand vous vous observez, vous n'avez pas le temps de prendre des notes, vous êtes là, attentifs. On peut voir très simplement que toute pensée est une réaction du passé, celui-ci étant la mémoire, le savoir accumulé, l'expérience. *Toute pensée* est le résultat du passé. Il est le temps, la journée d'hier et celle qui l'a précédée, s'étendant indéfiniment en arrière, voilà ce que nous appelons le temps. Le temps qui est le passé, le présent, l'avenir. Il a été partagé en ces trois segments, et pourtant il est comme une rivière qui coule sans arrêt. Nous l'avons partagé en trois fragments, et la pensée est prisonnière de ces fragments.

S'il vous plaît, n'approuvez pas ; observez-vous vous-mêmes ; vous voyez cela en vous-mêmes. Je ne vous donne pas une idée nouvelle, une idéologie nouvelle que vous puissiez accepter pour vous y exercer, ou dont vous allez vous dire : « Non, voici qui est vrai, voici qui est faux. » Simplement nous regardons ce qui est. L'origine de la pensée est dans le plaisir. Nous ne condamnons pas le plaisir, nous ne le prônons pas ; simplement nous l'observons. Nous ne cherchons pas à être puritains, disant qu'il faut renoncer au plaisir, ce qui serait absurde. (C'est là une chose que nous approfondirons plus tard.) L'amour n'est pas le plaisir. S'il l'est, il devient pensée, image, tableau. J'ai eu un plaisir, un plaisir sexuel, ou un plaisir visuel, un coucher de soleil, un beau visage, un bâtiment, un tableau. J'ai écouté de la musique, le souvenir demeure et la pensée s'y attarde. S'y attardant, elle en retire un plaisir renouvelé, elle crée une image, un tableau sensoriel ou idéal. Ce sur quoi notre pensée s'attarde est toujours l'agréable et non pas le douloureux. Nous désirons éviter la douleur, la rejeter. Tout ce qui est douloureux nous l'écartons ; cela demeure cependant. Tout ce qui donne à notre système nerveux, à notre cerveau, à notre être physique et psychologique un sentiment de plaisir, tel que le sentiment sexuel, notre pensée s'y attarde. Plus nous y pensons plus nous en tirons de plaisir.

La pensée, — écoutez soigneusement, s'il vous plaît, — la pensée pense *à* quelque chose. Elle se divise elle-même en observateur, celui qui ressent, celui qui fait l'expérience,

et la chose *dont* il fait l'expérience. S'étant partagée en observateur et en chose observée, il s'ensuit évidemment un conflit. Elle se dit alors : « Il faut transcender ce conflit », et elle invente des disciplines, des résistances, différentes évasions plus ou moins subtiles. Nous voyons ainsi que l'origine de la pensée est le plaisir. Toutes nos activités, toutes nos valeurs, morales, éthiques et religieuses sont basées sur le plaisir. Et tant que dure cette existence de dualité engendrée par la pensée, l'observateur qui escompte un plaisir procuré par la chose observée, tant que la pensée fonctionne selon ce modèle, il y aura toujours conflit, et par conséquent aucune révolution radicale du tout.

Ceci est-il assez clair ? Non, pas mon explication. De meilleures explications, d'autres peuvent probablement vous en procurer ; mais les explications ne nous intéressent pas. Ce qui nous intéresse c'est de voir ce qui est, *le fait*. Hier, à la campagne, j'ai eu l'expérience d'un merveilleux coucher de soleil, j'ai vu les arbres se détacher contre le ciel lumineux, la beauté de l'ombre, sa profondeur, et j'en ai ressenti un plaisir extraordinaire. Ma pensée s'y attarde ; il faut que je retourne là demain, ou que j'en garde le souvenir vivant. Je m'y accroche parce que ma vie est si quelconque, si morne, si ennuyeuse, si routinière, alors je me laisse prendre à cette beauté que j'ai pu voir hier. Ou j'ai écouté un son, un morceau de musique, un poème ; j'ai regardé un tableau. J'y pense. Ce souvenir s'empare de moi et j'en veux encore. Je vois un beau visage. Je voudrais vivre avec lui. Là encore ma pensée fonctionne en vue du plaisir. Il y a l'observateur, le penseur, et il y a la pensée qui est plaisir. Le penseur a été construit sur une base de plaisir ; je désire ceci, je ne désire pas cela. Ceci est bon, ce qui veut dire par *essence* que c'est agréable ! Tant qu'existe cette division entre l'observateur et la chose observée, il ne peut y avoir aucune mutation radicale de la conscience.

Est-il possible d'observer sans qu'existe le penseur ? Tout ce que je regarde, je le contemple à travers une image, un symbole, un souvenir, du savoir accumulé. Je regarde mon ami, ma femme, mon voisin, mon chef, à travers cette image construite par la pensée. Je regarde ma

femme à travers l'image que j'ai d'elle, et elle me regarde à travers l'image qu'elle a de moi. Le rapport entre nous est un rapport entre deux images. Ceci est un fait. Ce n'est pas une invention de ma part. C'est un fait ! La pensée a construit ces symboles, ces images, ces idées. Suis-je capable, tout d'abord de regarder un arbre, une fleur, le ciel, le nuage, sans qu'existe une image ? L'image de l'arbre c'est le mot que j'ai appris, qui donne à cet arbre un nom, m'enseigne quelle est son espèce, me rappelle sa beauté. Suis-je capable de regarder cet arbre, ce nuage, cette fleur sans idée, sans image ? C'est assez facile à faire ; si vous l'avez fait. Mais suis-je capable de regarder sans l'image, un être humain que je connais intimement, qui est pour moi ma femme, mon mari, mon enfant ? Si je ne le peux pas, il n'y a entre nous aucune relation *réelle*. Le seul rapport qui existe est entre nos deux images réciproques. Donc, suis-je capable de regarder la vie, — les nuages, les étoiles, les arbres, le fleuve, l'oiseau en plein vol, ma femme, mon enfant, mon prochain, toute cette terre, — suis-je capable de tout regarder sans image ? Bien que vous m'ayez insulté, bien que vous m'ayez blessé, bien que vous ayez dit de moi des choses atroces, ou que vous m'ayez porté aux nues, suis-je capable de vous regarder sans image, sans le souvenir de ce que vous avez fait, de ce que vous avez dit ?

Je vous en prie, voyez l'importance de tout ceci, parce qu'un esprit qui a conservé le souvenir de l'insulte, de la blessure, est prêt à pardonner, si son inclination naturelle est dans ce sens. Mais un esprit qui n'accumule pas les insultes, ni les flatteries, n'a rien à pardonner ou à ne pas pardonner ; et par conséquent, pour lui, il n'y a pas de conflit. C'est la pensée qui a créé ces images extérieures et intérieures. Ces images peuvent-elles prendre fin, la pensée est-elle capable de tout contempler dans un renouveau total ? Si vous êtes capables de le faire, vous vous apercevrez que, sans aucun effort conscient, voulu, pour changer, le changement s'est produit tout seul, un changement radical ! La plupart des gens sont ambitieux, ils voudraient être quelqu'un, auteur, peintre, homme d'affaires ou politicien. Le prêtre veut être archevêque. La pensée a créé cette société, elle voit l'avantage qu'il y a à devenir

puissant, éminent, important, choses qui se produisent quand on est ambitieux. Par l'observation de l'homme au pouvoir, elle a créé une image et elle a soif du plaisir qu'il y a à posséder une grande maison, à voir sa photographie dans les journaux, et tout ce qui s'ensuit. Est-il possible de vivre dans ce monde sans ambition, sans cette image du plaisir, création de la pensée ? Est-il possible de fonctionner techniquement, extérieurement sans ce poison de l'ambition ? Cela peut être fait, mais cela n'est possible que quand on a saisi l'origine de la pensée, et que l'homme comprend effectivement la nature illusoire et irréelle de cette division entre l'observateur et la chose observée. Alors nous pouvons avancer parce que la vertu a pris un sens entièrement différent. Il n'y a plus cette vertu morale, création d'une société affreuse et corrompue, il y a une vertu qui est *ordre*. La vertu, tout comme l'humilité, n'est pas une chose qui peut être cultivée par la pensée. La pensée n'est pas vertueuse. Elle est bourgeoise, mesquine, et absolument incapable de comprendre l'amour, la vertu ou l'humilité.

☆ *Nous avons pu observer une réaction en nous-mêmes quand vous vous êtes servi du mot « bourgeois ». Pour nous, ce mot est le contraire de « antibourgeois ». Selon les communistes le bourgeois est le prototype de celui qui est plongé dans l'erreur, et nous avons raison. Cette réaction a été une preuve de ce que nous n'écoutions pas véritablement le sens, mais seulement les paroles. Cela vient appuyer le fait qu'il nous faut écouter de tout notre être ce que vous dites.*

★ Parlons-en ensemble.

☆ *Je n'arrive pas à la réalisation de ce que la pensée est incapable de résoudre mon état de confusion, à moins qu'il n'y ait un changement radical.*

★ En effet, il est très facile de dire : « Oui, on voit bien que la pensée ne résout aucun problème. » C'est très facile, mais est-ce une connaissance réelle ? C'est pourquoi il est si important de saisir ce que nous entendons par

« comprendre », ce que nous entendons par « voir quelque chose très clairement ». Parce que si vous voyez quelque chose très clairement c'est la fin du problème ! Mais il faut faire extrêmement attention à ne pas vous duper. Vous ne vous laissez pas duper quand vous vous trouvez devant un précipice. Là, vous saisissez l'immense danger et vous agissez ; il y a action. Sans action pas de compréhension. Quand vous comprenez ou que vous voyez très clairement, cette clarté même est action. Vous ne voyez pas pour agir ensuite. Si vous voyez et agissez ensuite, ce qui s'est vraiment passé est que vous avez eu une idée, vous avez compris l'idée, et vous avez agi conformément à cette idée.

☆ *Oui, mais si je prends conscience de ce que je ne peux pas agir par ma pensée, ou que je vois ma propre réaction à quelque chose, et je vois aussi que, même en ayant cette vision, je crois...*

★ Y a-t-il croyance, madame ? Ce n'est pas une croyance.

☆ *Non, mais même si j'ai le sentiment que j'ai réagi de telle ou telle façon, je suis consciente aussi de ne pouvoir réagir d'aucune autre façon et il n'y a rien de changé.*

★ Exactement, c'est juste !

☆ *Même en croyant cela, même en le sentant, je me sens impuissante. J'ai l'impression que peut-être je ne vois pas assez clairement. Et pourtant il ne se produit aucun changement instantané.*

★ Voyons, le nationalisme est un poison, peut-être n'êtes-vous pas d'accord, mais pour moi il en est ainsi ! Vous pouvez voir ce que le nationalisme a fait partout dans le monde. Il a partagé les gens, causé des guerres. Une des raisons de la guerre c'est le nationalisme, et c'est un poison. Des gens le savent. Si vous partagez le monde en Français, Russes, Américains, Hindous, et ainsi de suite, ces divisions engendrent des conflits et c'est un poison. Vous le voyez, vous le comprenez ; mais dans le fond de

vos cœurs, à cause de votre conditionnement, vous demeurez Français, Anglais ou autre chose. Mais dès l'instant où vous *voyez, comprenez,* que le nationalisme est un poison, instantanément toute la structure tombe d'elle-même.

☆ *Elle tombe mais reprend après.*

★ Est-ce cela ce qui se passe quand il s'agit d'un précipice ? Nous sommes conscients du précipice et nous ne nous en approchons jamais. Ce n'est que quand notre vue du patriotisme, du nationalisme n'est pas claire que nous nous amusons avec ces idées. Quand nous voyons quelque chose de venimeux comme un serpent, un animal dangereux, ou un autobus qui vient sur nous à toute vitesse, nous ne nous mettons pas sur leur chemin ; nous nous en écartons. Mais nous *ne voyons pas,* et nous ne voyons pas parce que nous avons peur d'être obligés de changer. Ce qui nous empêche de voir c'est cette peur, consciente ou inconsciente, de perdre ces choses dont nous avons décidé qu'elles ont une valeur réelle, qu'elles nous donnent la sécurité. Tant qu'existe cette peur nous pouvons parler de voir, de comprendre, comment agir et tout ce qui s'ensuit, mais il n'y a aucune possibilité d'une *réaction immédiate,* laquelle est en réalité la mutation instantanée qui se produit parce que nous en avons vu la vérité.

☆ *Mais comment pouvons-nous voir instantanément ?*

★ Comment voyez-vous le danger d'une précipice ?

☆ *Ce n'est pas grâce à ma pensée.*

★ Non, madame. Qui vous l'a dit ? Ecoutez, ceci est très important. Approfondissez la chose, je vous en prie. Qui vous a dit que le précipice, le serpent, l'autobus lancé à pleine vitesse sont dangereux ? Ce sont vos journaux ? Vos leaders politiques ? Vos prêtres ? Qui vous l'a dit ?

☆ *L'instinct.*

★ Qu'est-ce que c'est que l'instinct ?

☆ *C'est la réalité.*

★ Madame, ne traduisez pas « l'instinct » en réalité. L'instinct est une chose qui a été soigneusement entretenue à travers les siècles par la pensée. Mais vous avez vu un de vos amis se faire tuer par un autobus et vous vous dites : « Sapristi, comme c'est dangereux ! », vous l'avez *vu*. Vous avez fait l'expérience personnelle du fait que constitue un précipice, du danger qu'il présente. Si vous vous trouvez devant un tigre, pas à Paris, mais aux Indes, vous connaissez l'immense danger d'un tel animal. Pourquoi ne connaissez-vous pas le nationalisme de la même façon ? C'est là un exemple que je prends parce que lui aussi est venimeux. Pourquoi venimeux ? Parce qu'il a été cause d'une guerre après l'autre. Une des raisons des guerres c'est le nationalisme. Et la guerre est une chose mortelle ! Autour de vous des gens ont été tués, vos voisins, vos amis, vos parents, votre peuple, et pourtant vous continuez. Pourquoi ?

☆ *On nous a dit que c'est un mal nécessaire.*

★ On vous l'a dit. Ceci signifie que vous vous laissez influencer par la propagande. Vous acceptez parce que cela vous procure un grand plaisir d'appartenir à une nation.

☆ *Pas nécessairement.*

★ Evidemment, pas nécessairement. On peut dire pas nécessairement à n'importe quoi.

☆ *Votre affirmation en ce qui concerne le nationalisme n'a de sens que dans les pays qui ne sont pas menacés par des ennemis. Et comment un pays comme les Indes qui se trouve devant un terrible danger venant de la Chine, et des communistes...*

★ La voilà la réponse ! Voilà un Hindou qui parle des Indes. Oui, monsieur. Et des Français et des Allemands

ont parlé de leur pays. On a parlé ainsi pendant dix mille années, chaque pays se défendant contre l'autre. Et, historiquement, cela peut continuer parce que c'est comme cela qu'on nous élève, qu'on nous conditionne. Des gens l'acceptent ; ils adorent les drapeaux et tout ce qui s'ensuit ; ils sont prêts à tuer et à se laisser tuer. Mais nous ne parlons ni des Indes, ni de la France, ni de la Russie, mais d'*hommes*, d'êtres humains qui sont sérieux et qui sont confrontés par ces problèmes.

☆ *Quand on regarde sans penser comme vous l'avez expliqué, sans idée préconçue, mais avec un esprit innocent, supposons que l'on agisse ainsi dans les contacts que l'on peut avoir avec d'autres...*

★ Madame, il n'y a pas de « supposons ». Cela n'existe pas.

☆ *Mais peut-être avez-vous cet état d'esprit, cet état d'être, de conscience, de lucidité, de fraîcheur, mais l'autre ?*

★ Cette dame dit : « Peut-être qu'on est libre, peut-être qu'on est capable d'observer sans image, mais il y a l'autre personne, celle-ci entretient son image, elle me regarde, elle est en rapport avec moi à travers cette image ? J'ai laissé périr mon image, celle que j'avais au sujet des Indes, de l'Amérique, toutes mes images, mais quelqu'un d'autre n'en a pas fait autant ; ma femme ne l'a pas fait, alors quels sont mes rapports avec elle ?

Quels sont mes rapports ? En fait, ils sont ce que ce monsieur a dit. On attaque les Indes ; il faut nous défendre. Ma femme me dit : « Tu ne m'aimes plus. » Non, monsieur, ne riez pas. S'il vous plaît, écoutez ceci. Alors que puis-je faire ? Dois-je ressusciter mon image parce que je veux me conformer à la société, parce que je pourrais perdre ma situation, parce que je pourrais me faire mal voir ?

☆ *L'attention naît-elle de la pensée ou de l'énergie ?*

★ La pensée et l'énergie sont une seule et même chose.

L'énergie est la même, seulement elle est utilisée dans une direction fausse, et quand elle est utilisée ainsi, là commence tout le mal. Est-il possible d'avoir, non pas des énergies variées, mais une *énergie totale* qui n'est pas le résultat de résistances, de conflits, et de tout ce qui s'ensuit ?

19 mai 1966.

III

L'autre jour nous évoquions la nécessité d'un changement radical, devant se produire non pas dans un avenir plus ou moins éloigné, mais à l'instant même. Nous avons dit que la pensée a créé par des moyens grossiers ou au contraire extrêmement subtils, la structure psychologique dans laquelle nous autres êtres humains sommes pris, extérieurement et intérieurement. C'est elle qui a créé cette confusion, ces tourments, ce conflit, et elle ne peut absolument pas, et dans aucun cas, créer une structure différente, parce qu'elle demeurera toujours pareille à elle-même. Nous avons aussi parlé de l'origine de la pensée. Et c'est une question que nous allons peut-être approfondir un peu plus aujourd'hui.

Le problème est celui-ci : quelle action est nécessaire, ou quelle inaction, pour susciter une mutation radicale ? Chez la plupart d'entre nous l'action est une chose compartimentée ; nous agissons en tant que savants, écrivains, hommes d'affaires, chefs de famille, réformateurs sociaux, politiciens, que sais-je ? Nous agissons conformément à notre conditionnement ; si nous sommes conditionnés à être hindou, chrétien, musulman, communiste, et ainsi de suite, tout notre point de vue, toute notre activité, parfois quelque peu modifiée par nos tendances et notre tempérament, continue de fonctionner, d'agir selon le milieu dont nous sommes issus. L'arrière-plan, le conditionnement ne sont pas choses différentes du *moi*, du *vous* ; nous sommes notre milieu, notre arrière-plan. Nous sommes le résultat de notre conditionnement. Nous sommes des entités conditionnées et nous fonctionnons, nous agissons dans le champ limité de ce conditionnement. Tout cela paraît à peu près évident

pour ceux d'entre nous qui sont quelque peu éveillés, et qui se rendent compte de ce qu'ils font. Nous espérons provoquer un changement en nous-mêmes (changement nécessaire, comme nous le voyons bien) par un acte de notre pensée, par un acte résultant d'une pression, d'une nécessité ou d'une exigence. Un tel acte comporte toujours un motif. Nous fonctionnons dans le champ fragmentaire qui est le nôtre. Or, pour nous la vie est une action. Il n'y a pas action *et* vie. Les deux ne sont pas vraiment séparés, mais *nous* agissons, nous vivons, notre existence se passe dans un univers de fragments. Dans ce champ fragmentaire nous nous efforçons de provoquer un changement par un acte de notre volonté, laquelle est décision, volition, désir, un élan effet d'une contrainte.

S'il vous plaît, nous parlons sans cérémonie, nous parlons ensemble des problèmes auxquels chacun de nous doit faire face, non seulement les problèmes extérieurs, mais encore ces problèmes psychologiques profonds, conscients ou inconscients, ceux que nous avons tous et dont chacun de nous est prisonnier. Vous n'écoutez pas l'orateur dans le but de découvrir quels sont vos problèmes, parce que cela voudrait dire que vous en êtes absolument inconscients ; que vous dépendez d'un autre pour vous ouvrir les yeux sur eux, et par conséquent tout ce que vous ressentez est superficiel, inutile, et obéit à une autorité. Tandis que si vous êtes intelligemment conscients de *vos* problèmes, des questions qui se posent à vous, conscientes, aussi bien qu'inconscientes, votre problème prend une acuité extraordinaire ; il ne peut pas être remis au lendemain. Vous ne pouvez vous y dérober ; il est là. Vous pouvez vous efforcer de le voiler, de le fuir, de le raisonner, d'aller trouver un psychanalyste ou un confesseur, vous pouvez avoir recours à tous ces innombrables procédés que l'on emploie pour résoudre une question personnelle, mais tout cela c'est de l'activité, non seulement l'activité qui a engendré le problème, mais encore toutes celles auxquelles vous vous complaisez et auxquelles vous vous abandonnez dans le but de l'éviter. Cette activité intellectuelle qui consiste à raisonner votre problème, ou qui cherche à y trouver une réponse, n'est encore qu'activité. Ou bien si vous dites : « Il faut que je le comprenne ; quelle

est la réponse ; quelle est la façon de s'en sortir ? », c'est encore de l'activité, émotive, intellectuelle ou simplement neurologique. Etant conditionnés, vous agissez ou vous répondez selon la réaction fragmentaire de ce conditionnement total.

Voici le problème : je sais que je suis conditionné comme Hindou ou tout autre chose. Je me rends compte de ce que ce conditionnement est très profondément enraciné, très profondément enfoui, et toute action de ma part est une réaction à ce conditionnement. Je vois aussi l'immense importance d'un changement complet dans ma conscience, dans ma façon de penser ou de ne pas penser, d'une révolution totale dans mes rapports avec le monde, avec d'autres êtres humains. Et puis, j'ai de moi-même une image, — comme l'a chacun de nous, — cette image a été soigneusement construite, entretenue par la pensée, par diverses influences, par des expériences, par du savoir accumulé. Et je sens que toute réaction provenant de cette image sera invariablement fragmentaire et que, par conséquent, toute action de ma part sera toujours limitée, chaque action étant en contradiction avec une autre. Voilà ce dont nous allons discuter si vous le voulez, après en avoir un peu parlé.

Je me dis : « Que puis-je faire ? » Il doit exister une action capable de briser ce conditionnement, cette réaction de l'image construite par la pensée. Evidemment, toute croyance en Dieu, en un dogme, que celui-ci soit communiste, socialiste ou religieux, est sans aucune valeur ; nous sommes tout de même plus mûrs, nous avons tout de même dépassé ce stade. Après avoir posé cette question, me demandant s'il existe quelque chose que je puisse *faire*, après avoir vu que toute action, *toute action* est une réaction de mon conditionnement, de mon image, de cette image que j'ai à mon propre sujet, et qu'elle ne peut jamais susciter un affranchissement du conflit et de la douleur, alors que puis-je faire ? Il me faut découvrir s'il existe une action qui n'est pas issue de mon image ou de mon conditionnement.

Pour autant que je sache, toute action prend sa source dans le champ du connu. Quand je dis : « Je serai quelque chose dans l'avenir, demain », ce quelque chose est connu par avance ; c'est la pensée qui a projeté cette idée

de ce que je serai demain. Tout désir, tout motif, tout élan qui me pousse à un changement se produit toujours dans le champ du connu ; autrement dit : il n'y a pas de changement du tout, tant que je fonctionne de cette façon. Ceci est-il absolument clair ? La clarté est dans la vision du problème, et non pas dans la compréhension verbale des paroles prononcées. Pour voir quelque chose clairement, il faut que j'aie une clarté en moi. Le problème doit être clair, non seulement verbalement, intellectuellement, émotivement ; il faut qu'il soit absolument clair en tout, et la clarté n'est pas une chose que l'on puisse obtenir. Quand le problème est aigu, quand toutes les voies auxquelles je suis habitué, qui sont celles de la pensée, sont incapables de me donner une réponse, alors je vois clairement. Je vois que toute mon activité possible se poursuit dans le champ du connu, que ce soit une action pour demain, pour aujourd'hui ou l'instant qui vient. C'est toujours dans ce champ qu'elle se poursuit et, quelle qu'elle puisse être, du moment qu'elle se poursuit dans le champ du connu, il n'y a là aucune révolution radicale possible. Dans le champ du connu rien de neuf n'est possible. Et cela je le vois très clairement. L'action donc est incapable de provoquer aucun changement ; seule la non-action peut le faire.

Nous avons essayé toutes les portes, toutes les voies de la pensée pour provoquer une mutation de l'esprit, de la conscience. Si nous sommes le moins du monde éveillés, c'est ce que nous faisons, en nous soumettant à une discipline, en nous dominant, ou voulant subjuguer la volonté, en obéissant, en suivant quelqu'un, en croyant à quelque chose, en mettant notre foi en un prêtre, en un Dieu, en un gouvernement tyrannique ou en quelque idéologie. Tous ces chemins qui sont ceux de l'action positive, nous les avons essayés pour mettre fin à cette confusion, cette anxiété, ce tourment. Après les avoir tous essayés, nous nous retrouvons invariablement à notre point de départ. Tout cela a été du temps perdu. Quand nous nous rendrons compte que toute action poursuivie dans le champ du connu est absolument incapable de susciter une transformation dans la conscience ou de la conscience, il ne reste qu'une seule chose, la non-action totale. Ceci ne signifie pas que nous devenions paresseux, que nous ne menions plus des

vies normales, que nous nous abandonnions à des rêveries fantaisistes, et ainsi de suite. Cette réalisation exige une intense attention tournée vers l'inutilité de l'action dans le champ du connu. Quand l'esprit voit cela très clairement, il se produit alors une action d'une nature tout autre, une action qui est *inaction totale* par rapport à l'action positive produite dans le champ du connu.

Prenez la question de la peur. La plupart des gens ont peur, physiquement et psychologiquement. La peur existe toujours par rapport à quelque chose. J'ai peur de la maladie, de la souffrance physique. J'ai passé par là et j'en ai peur. J'ai peur de l'opinion publique. J'ai peur de perdre ma situation. J'ai peur de ne pas réussir ; de ne pas obtenir ; de ne pas pouvoir me réaliser. J'ai peur de l'obscurité ; de ma propre bêtise ; de ma propre mesquinerie. Nous avons tant de peurs différentes, et nous cherchons à les résoudre de façon fragmentaire, nous ne semblons pas pouvoir aller plus loin. Quand une fois nous nous figurons avoir compris telle ou telle peur, l'avoir résolue, une autre surgit. Quand nous nous rendons compte de ce que nous avons peur, nous cherchons à fuir, à trouver une réponse, à découvrir ce qu'il faut faire, ou nous cherchons à la supprimer.

En tant qu'être humain, nous avons avec habileté et ruse tissé tout un réseau d'évasions : Dieu, les diversions, la boisson, la vie sexuelle, n'importe quoi. Toutes les évasions sont les mêmes, qu'elles s'accomplissent au nom de Dieu ou qu'il s'agisse de boisson ! Si nous voulons vivre en tant qu'être humain, c'est un problème qu'il faut résoudre. Vivre dans la peur consciente ou inconsciente, c'est vivre dans la nuit, dans un conflit intérieur intense, un état de résistance total. Plus la peur est intense, plus la tension est grande, et plus considérable la névrose, plus grand aussi le désir de s'évader. Si nous ne nous évadons pas, nous nous demandons alors : « Comment résoudre cette question ? » Nous cherchons tous les moyens de la résoudre, mais toujours dans le champ du connu. Alors nous agissons, et cette action, née de la pensée, se poursuit dans le champ de l'expérience, de la science, du connu, et par conséquent il n'y a pas de réponse. C'est là ce que nous faisons, et nous mourons dans la peur. Nous vivons toute notre vie

dans la peur, et nous mourons dans la peur. Un être humain peut-il complètement se débarrasser de la peur ? Pouvons-nous faire quelque chose, ou rien ? Ce mot « rien » ne veut pas dire que nous acceptons la peur, que nous la raisonnons, que nous vivons avec elle ; ce n'est pas là, la non-action dont nous parlons.

Nous avons fait tout ce qui est humainement possible en ce qui concerne la peur. Nous l'avons analysée, approfondie, nous avons cherché à la regarder en face, à entrer en contact avec elle, à y résister, nous avons fait tout ce qui est possible, et pourtant elle demeure. Est-il possible d'en prendre conscience globalement, non pas seulement intellectuellement ou émotionnellement, mais d'avoir d'elle une conscience totale *sans* pour cela vouloir agir sur elle ? Il nous faut entrer en contact avec la peur, mais nous ne le faisons pas. Le mot « peur » est cause de cette peur, c'est le mot qui nous empêche d'entrer en contact direct avec elle.

Le mot « amour » est un mot chargé, alourdi par la tradition, par l'expérience humaine, et toutes les explications verbales, disant ce qu'il devrait être et ne pas être, distinguant ce qu'est l'amour divin, profane, et tout ce qui s'ensuit. Pour véritablement le comprendre, le mot n'est pas important et le mot, parce qu'il n'est pas important, ne donne aucun sens au sentiment. De la même façon le mot « peur » est cause de la peur, le mot étant la pensée. Donc, pour entrer en contact direct avec cette chose que nous appelons la peur, le mot, qui est pensée, ne doit pas intervenir. Pour entrer en contact profond avec ce fait, l'observateur n'est plus différent de la chose observée. La peur n'est pas autre que moi-même ; je suis la peur. Ceci ne veut pas dire que je m'identifie à la peur, mais que la peur est *moi*. Quand j'ai pris conscience de tout ceci, il y a un état d'*inaction totale* qui est au contraire l'action la plus positive, et il y a dès lors affranchissement de la peur, liberté totale.

Prenons une autre question. Nous avons tous peur de la mort, les gens âgés comme les jeunes. Ou bien nous raisonnons, nous l'acceptons comme étant une chose inévitable, nous nous y résignons, nous l'oublions ; mais elle est là. Ou bien nous inventons des croyances qui sont des éva-

sions devant le fait, la réincarnation, la résurrection, et tout ce qui s'ensuit. La pensée craint de finir, de mourir. Non seulement l'organisme physique, mais toute la structure psychologique qu'elle a créée, tout cela va finir, sans s'être réalisé, laissant subsister le désir de vivre encore quelques années pour faire ceci ou cela, pour corriger ce qui a été et le voir devenir ce qu'il devrait être.

Consciemment ou inconsciemment, nous savons que cela signifie la fin de la pensée, ou la fin de ce que nous nous figurons qu'elle est, la fin du moi, bien que ce moi échafaude différentes structures grâce à l'espoir. Nous mourons de maladie, de vieillesse, d'accident, ou bien volontairement nous mettons fin à nos jours, parce que notre vie nous paraît si vaine, si ennuyeuse avec sa routine lassante. Nous ne pouvons y trouver aucun sens, aucune signification. En fait, si vous voulez observer de près, il n'y a presque aucun sens à nos vies. Nous continuons jour après jour dans la routine, dans l'ennui, dans des plaisirs répétés, de la souffrance, et toute cette existence vide, insensible. Quand nous nous en rendons compte, nous cherchons à donner quelque sens à la vie ; nous inventons une signification : Dieu, un travail noble, la nécessité de réaliser ; on se dit : « Je suis un écrivain, il me faut faire ceci, il me faut faire cela » ; toute cette activité qui rappelle celle d'un singe et qui est celle du moi.

Nous avons peur de mourir. Pour mettre fin à cette peur de la mort, il nous faut entrer en contact direct avec elle, et non pas avec l'image que la pensée a créée à son sujet ; il nous faut réellement ressentir cet état. Autrement, il n'y aura jamais de fin à la peur, parce que le mot « mort » crée la peur, et nous ne voulons même pas en parler. Etant en bonne santé, normaux, ayant la faculté de raisonner clairement, de penser objectivement, d'observer, est-il possible pour nous d'entrer en contact avec ce fait, *totalement* ? L'organisme physique finira par mourir, usé ou malade. Mais si nous sommes bien portants, nous voulons découvrir ce que signifie la mort. Ce n'est pas là un désir morbide, parce qu'en mourant nous pourrons comprendre ce que c'est que vivre. La vie, telle qu'elle est maintenant est faite de tourments, un éternel remous, une contradiction, et ainsi nous sommes dans le conflit, la douleur et la

confusion. Aller tous les jours à son travail, passer constamment par les mêmes plaisirs et les mêmes souffrances, l'anxiété, les tâtonnements, l'incertitude, c'est cela que nous appelons vivre. Nous nous sommes habitués à vivre ainsi. Nous l'acceptons ; nous vieillissons ainsi et nous mourons.

Pour découvrir ce que c'est que de vivre, aussi bien que pour découvrir ce que c'est que de mourir, il faut entrer en contact avec la mort ; autrement dit, il faut mettre fin chaque jour à tout ce qu'on a connu. Il faut mettre fin à l'image qui a été élaborée de soi-même, de sa famille, des rapports qu'on peut avoir avec autrui, cette image qui a été construite sur la base du plaisir, dans nos rapports avec la société, avec *tout*. C'est là ce qui se passera quand viendra la mort. Nous saurons alors ce que cela signifie de mourir et ce que cela signifie de vivre, parce qu'alors nous mourrons à chaque tourment, à chaque conflit, à toutes les formes de lutte. Dans la mort, seule, il peut y avoir quelque chose de neuf. Tant que s'écoule le temps il n'y a rien de neuf. Il n'y a le neuf que quand le temps prend fin, le temps étant la durée. Le temps tel que nous le connaissons est fait d'hier, aujourd'hui et demain. Et dans ce fleuve du temps nous sommes pris, et nous cherchons à résoudre nos problèmes dans ce courant, dans cette coulée du temps.

Le problème ne peut être résolu que quand ce temps — hier, aujourd'hui et demain — a pris fin. Il faut mourir aux souvenirs, aux blessures, à toutes les images que nous pouvons avoir construites par notre pensée, images de nous-mêmes, des autres ou du monde. Ainsi, on entre en contact direct avec la réalité, qui est vivre aussi bien que mourir, et dans cette réalité il n'y a plus de peur. Elle ne peut se produire que dans la *non-action totale* ; cette non-action existe quand la pensée a compris sa place et son rôle et n'a plus aucune existence dans une autre dimension.

☆ *Si l'herbe a perdu tout désir de croître, il ne reste plus d'herbe. Qu'est-ce qui reste ?*

★ Où est l'herbe, si elle a cessé de vouloir croître ? L'herbe ne désire-t-elle pas croître ? Qu'en savez-vous ?

Avez-vous vu l'herbe, l'avez-vous entendu dire qu'elle ne peut pas pousser ? S'il vous plaît, ne parlez pas par comparaisons quand il s'agit de faits.

☆ *Oui, mais je voudrais mettre fin...*

★ Ah ! vous voudriez ! Vous n'avez pas du tout compris la causerie, madame, si vous dites : « Je voudrais mettre fin. » Qui est le JE qui veut mettre fin ? Vous ne l'avez pas vraiment compris. Nous discutons de choses qui exigent votre attention, et non pas votre approbation ou votre négation. Nous regardons la vie d'une façon absolument rigoureuse, objective, claire ; il ne s'agit pas de votre sentiment, de vos fantaisies, de ce qui vous plaît ou de ce qui ne vous plaît pas ; c'est précisément ce qui nous plaît et ce qui nous déplaît qui a créé toute cette souffrance. Tout ce que nous disons c'est ceci : « Comment pouvons-nous mettre fin à la peur ? », c'est un de nos très grands problèmes. Parce que quand un être humain n'y met pas fin, il vit éternellement dans la nuit, non pas éternellement dans le sens chrétien, mais dans le sens ordinaire : une vie suffit ! Pour moi, en tant qu'être humain, il faut qu'il y ait un moyen de s'en sortir et que ce moyen ne soit pas de créer une espérance en quelque avenir hypothétique. Puis-je en tant qu'être humain mettre fin à la peur, *totalement* ; et non pas par petits bouts ? Vous ne vous êtes probablement jamais posé cette question, et probablement parce que vous ne sauriez pas comment vous en sortir. Mais si vous vous la posez dans un esprit sérieux, avec l'intention affirmée, non pas tant de trouver comment y mettre fin, mais d'en découvrir la nature et la structure, dès l'instant où vous l'avez découverte, la peur elle-même prend fin ; vous n'avez plus rien à faire.

☆ *Si un homme est sujet à la peur, il vit dans la nuit totale, mais toute la force du champ du connu, comme vous l'avez dit, provient de la peur. Je travaille parce que j'ai peur d'avoir faim ; je lutte contre toutes les tensions du champ du connu qui naissent de la peur, et s'il n'y a*

plus de peur, il n'y aura plus d'action dans le champ du connu.

★ Oui, monsieur. Cherchez-vous à dire que dès l'instant où vous connaîtrez que toute action est le résultat de la peur dans le champ du connu vous ne pourrez plus gagner votre vie ?

☆ *Non, je veux dire que toute action qui se poursuit dans le champ du connu est issue de la peur.*

★ Et alors, monsieur ? Quelle est votre question ?

☆ *Mais si nous cherchons à nous débarrasser de la peur, à vivre sans peur, alors il n'y a plus d'action dans le champ du connu.*

★ C'est là ce que j'ai dit.

☆ *Mais alors qu'est-ce qui se passe ? Il se passe ceci...*

★ Attendez, monsieur, attendez. Vous ne savez pas ce qui se passe à ce moment-là. Faites attention ; ne faites pas de suppositions. Nous ne sommes pas ici pour nous livrer à une discussion hypothétique, une discussion puérile d'écolier, ou une discussion théologique. Qu'est-ce qui va se passer *après, si* ! De telles spéculations sont vaines ; elles n'ont pas de sens. Tous les gens religieux se sont livrés à des spéculations ; tous les théologiens, tous les communistes font des hypothèses, mais le fait demeure que nous avons peur ; le fait est que nous fonctionnons toujours dans le champ du connu, et ceci engendre un état de peur constant. Alors, cette peur peut-elle prendre fin, et non qu'est-ce qui se passera après ? C'est une chose à découvrir.

☆ *Mais s'il n'y a pas de peur, monsieur, il n'y a pas de vie.*

★ C'est là une question tout à fait différente, monsieur ; vous voulez dire que s'il n'y a pas de peur, il n'y a aucun motif dans notre vie. S'il y a peur, il n'y a pas d'amour évidemment.

☆ *La plus grande peur de toutes c'est celle de la mort et, par conséquent, la peur étant le sens profond de la vie, le sens le plus profond de tout, c'est la mort.*

★ Vous dites, monsieur, que sans peur il n'y a pas de vie possible ! Sans peur on ne gagne pas sa vie ; sans peur il n'y a pas d'amour. Sans peur toute existence cesse. C'est ce que disent la plupart des gens. Quand ils disent : « Je vous aime », dans cet amour il y a jalousie, colère ; dans cet amour il y a ambition, succès, domination. Nous savons tout cela. Assurément ce n'est pas là de l'amour. Pour découvrir ce que c'est que l'amour, la domination, la peur, la jalousie, l'envie, l'ambition, tout cela doit cesser. Vous découvrirez à ce moment-là, mais vous ne pouvez pas faire d'hypothèse à ce sujet maintenant. Vous ne pouvez pas dire : « Enfin, si jamais plus je ne me mets en colère, je ne peux pas vivre ; si je n'ai pas peur, je n'irai plus à mon bureau. » Si c'est la peur qui vous pousse à aller à votre travail vous n'êtes pas efficace, vous n'êtes pas capable, et par conséquent vous n'aimez pas la chose que vous faites. C'est parce que vous n'aimez pas, que tous les autres désirs de distraction, ou d'évasion, prennent naissance.

☆ *On va à son bureau et c'est la crainte qui vous pousse à y aller.*

★ C'est le cas, monsieur ? Vous dites qu'on agit ainsi. Est-ce que l'on va à son bureau avec un tel motif ? Est-ce le motif de la peur qui vous pousse à aller à votre bureau ?

☆ *Mais il y a une autre chose, monsieur, il y a l'espoir.*

★ Oui, monsieur.

☆ *La force primordiale c'est la peur ; ensuite vient l'espoir. La force primordiale c'est de se dire : si je ne travaille pas j'aurai faim, je ne pourrai pas m'habiller. La force seconde c'est l'espoir de pouvoir réussir quelque chose. Il me semble à moi que la mort est la plus grande peur dans la vie. Elle lui donne un sens ; elle cherche à donner un espoir après la mort, comme vous avez déjà dit en parlant de la résurrection et d'autres choses du même genre ; puis elle cherche à donner une certaine beauté à la vie, et ainsi toutes les actions dans le champ du connu jaillissent tout d'abord de la peur et ensuite de l'espoir. Ai-je raison en disant cela, monsieur ?*

★ Ce que vous dites est vrai, monsieur, et après ? Je veux dire, peut-on vivre éternellement dans la peur ? Pourquoi ? N'a-t-on pas le désir de la résoudre ?

☆ *Le but de la vie c'est de mourir.*

★ Non, monsieur. Ceci a été dit et fait par bien des gens ; il y a des gens très intelligents qui ont écrit à ce sujet. Ils ont dit que la vie n'a pas de sens et que par conséquent nous devons lui en donner un. La mort n'a pas de sens et par conséquent il faut lui en donner un autre. C'est ainsi que l'homme a agi à travers les siècles, monsieur, et nous disons tout le contraire. Nous disons que nous sommes incapables de trouver une plénitude dans la vie, une profondeur dans la vie, tant qu'existe la peur et que mettre fin à la peur c'est encore comprendre la mort.

☆ *Comment peut-on volontairement se mettre en contact avec l'état de la mort ?*

★ Vous ne pouvez pas vous mettre en contact avec la mort. C'est une question mal posée. Regardez, vous avez peur de la mort et tant que vous avez peur de quelque chose vous ne pouvez avoir aucun contact avec elle.

☆ *Oui, mais quand ce contact existe, la peur disparaît.*

★ Attendez, madame ; ne faites pas d'hypothèse.

☆ *Ce n'est pas une hypothèse, je parle de ma propre expérience.*

★ Attendez, attendez, attendez ! Si la peur de la mort n'existe pas, si je n'ai aucune peur de ma femme ou de mon mari, de mon voisin, de l'Etat, alors je suis en contact. Je sais que je ne suis pas en contact avec une image, mais en contact réel. Est-il possible pour l'esprit d'être totalement affranchi de la peur, non pas partiellement mais *totalement* ? Ceci exige une méditation, une compréhension immense ; il ne s'agit pas de dire simplement : « Eh bien ! j'ai passé par des moments où je n'avais pas peur. » Suis-je capable de comprendre cette extraordinaire structure de la peur ? Mon être tout entier peut-il, consciemment et inconsciemment, la connaître directement ? Ce n'est pas vous qui allez me le dire, ni moi qui vais vous dire comment le faire. Mais voyez-en l'extraordinaire complexité ! Voyez comment le mot empêche le contact direct, comment l'image que vous vous êtes fait de la mort, que vous vous êtes fait de votre femme, de votre mari, de l'Etat où vous vivez, vous empêche d'entrer en contact direct avec ce fait qu'est votre femme, l'Etat, ce que dit quelqu'un d'autre, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Etes-vous capable, consciemment ou inconsciemment, de connaître ce processus dans sa totalité ?

☆ *Pour comprendre notre peur, il nous faut la regarder en face et l'analyser d'abord, n'est-il pas vrai ?*

★ Il vous faut la regarder en face ?

☆ *Regarder sa cause.*

★ Attendez une minute. Cette dame dit : « Pour prendre conscience de la peur, il faut entrer en contact direct avec elle ; pour entrer en contact avec elle, il vous faut connaître sa cause. » Attendez, écoutez encore. Comment allez-vous connaître la cause de la peur ? Par l'analyse ? Par l'examen ? Et quand vous avez découvert la cause de la peur, prend-elle fin ? En général non. Je sais que j'ai peur de la mort, et je sais pourquoi j'ai peur de la mort.

☆ *Mais si vous la regardez en face, elle prend fin.*

★ J'y viens, madame. Comprendre la cause de la peur n'y met pas fin. Y a-t-il alors contact direct ? Ceci est encore une question très complexe ; regardez-y d'un peu près et prenez un certain temps. Il y a la peur et je dis qu'il faut que j'observe la cause, et j'examine, et j'analyse. Et du temps s'est écoulé. Il m'a fallu du temps pour examiner, pour découvrir. Et, pendant ce temps, de nouveaux éléments sont entrés en jeu. Madame, si vous comprenez véritablement cette unique question, vous pourrez probablement répondre à toutes vos autres questions.

Prenons un exemple concret : des êtres humains sont violents et ils se sont servis d'un idéal de non-violence pour échapper à leur violence. Alors qu'ils sont violents, ils ont inventé cette stupidité qu'est la non-violence. C'est une stupidité ; c'est une invention de névrosés. Je vais vous montrer pourquoi. Je suis violent et j'ai l'idée qu'il faudrait être non violent. Il y a donc un intervalle entre ce que je suis violent, et ce qui devrait être. Cet intervalle est du temps : je me dis que je viendrai petit à petit à la non-violence. Mais entre-temps je demeure violent ; et je répands des semences de violence. Tout le temps, et à chaque instant, je sème ces graines empoisonnées de la violence. Pour y mettre fin, cet idéal de non-violence est complètement inutile. Tout ce que j'ai à faire c'est de regarder la violence en face, de dire que je suis violent, sans espérer parvenir à la non-violence, qui est un gaspillage d'énergie. Donc je suis violent. Je sais, et chacun de nous sait jusqu'à quelle profondeur il est violent. Et maintenant,

suis-je capable de le comprendre ? Pour le comprendre, il me faut tout d'abord comprendre toute la nature de la violence, ce que cela signifie que d'être violent. La colère, l'affirmation de soi, l'ambition, le désir de réussir, la concurrence, toute la structure de la psychologie humaine, toutes ces choses sont basées sur la violence, avec de rares étincelles de douceur et de bonté.

Pour mettre fin à cette structure, faut-il du temps ; comment puis-je mettre fin au temps ? Quelles sont les causes qui lui ont donné naissance, qui m'empêchent d'en être totalement conscient. Quand j'en prends une totale conscience, le temps n'intervient plus du tout, et par conséquent il n'y a pas lieu d'y mettre fin. Pour mettre fin à la peur, il est absolument inutile d'en rechercher la cause, d'en découvrir la cause. Nous savons instantanément quelle est la cause de la peur, à moins d'être névrosés. Quand nous en prenons conscience, quand nous entrons en contact direct avec elle, l'observateur *est* la chose observée. Il n'y a plus de différence entre eux. Quand la peur est observée sans qu'intervienne l'observateur, il y a une *action*, mais ce n'est pas l'action d'un observateur qui agit sur sa peur.

☆ *Dans nos vies professionnelles, nous sommes forcés d'agir de telle façon que nous devenons inactifs dans votre sens du mot. Si nous agissons, comme vous le dites, nous devenons incapables de fonctionner dans nos vies professionnelles.*

★ Non, monsieur. Ce monsieur dit que dans notre vie professionnelle toute action se produit dans le champ du connu. Evidemment ! Il en est forcément ainsi ! Autrement, vous ne pourriez pas agir en tant que docteur, savant, professionnel. Cela est très simple. Mais quand ce champ d'action pénètre dans le champ psychologique et s'efforce de résoudre les grands problèmes humains, alors aucun problème ne peut être résolu. Monsieur, vous demeurez un technicien sans permettre à votre psyché d'utiliser votre technologie, votre science, dans ses propres intérêts. Vous pouvez écrire un livre. Mais si vous vous dites cons-

ciemment : « J'écris un livre parce que cela va me donner un certain prestige, une certaine situation, un certain *standing* », alors cela devient pour vous un poison, vous cessez d'être un écrivain ; vous êtes assoiffé de renommée. Tout cela est très simple quand une fois vous l'avez compris.

22 mai 1966.

IV

Je crois qu'il serait très bon pour nous de découvrir l'objet et le pourquoi de notre recherche. Quelle est cette chose que tous nous poursuivons, de quoi s'agit-il ? Pourquoi chacun de nous a-t-il en lui cette profonde soif : il demande, il cherche, il exige ? Si nous pouvions découvrir ce que c'est que nous poursuivons et pourquoi, alors peut-être nous serait-il possible d'approfondir toute cette question de la recherche, de l'enquête. Apparemment l'homme a toujours désiré quelque chose qui le dépasse, qui soit au-delà de sa routine quotidienne, de sa lassitude, de son désespoir et de son anxiété. Quelque chose d'entièrement satisfaisant qui puisse donner un sens profond et durable à sa vie superficielle, chaotique et douloureuse. Nous avons soif de quelque chose qui nous dépasse parce que nos vies sont tellement vides, qu'elles ont si peu de sens, qu'elles sont mécaniques et routinières. Nous exigeons alors une chose mystérieuse comportant une qualité « autre ». Eternellement nous recherchons par nos lectures, en suivant quelque instructeur, en imaginant des idéologies, des croyances, des dogmes dans l'espoir de saisir, d'atteindre, de gagner quelque chose qui ne soit pas une construction de la pensée, quelque chose qui ait une signification profonde dans notre existence. Parce que, en nous-mêmes, nous sommes superficiels, insuffisants et alors nous tendons nos mains, nos esprits au-delà des limitations de notre propre pensée, ou encore nous cherchons à nous évader de cette vaste et profonde solitude, de ce sentiment d'isolement. Nous voulons nous fuir nous-mêmes parce que nous voyons combien nous sommes petits, mesquins, et qu'il n'y a pas de sens à notre vie. Ou nous disons-nous encore, sachant ce que nous

sommes, pourquoi nous tracasser ? Pourquoi en faire un drame, une tragédie ? Au mieux c'est une affaire superficielle. Voyons si nous ne pouvons pas tourner le dos à cette activité autocentrique, à cet isolement, et nous évader vers quelque chose qui ne peut être mesuré en termes de temps.

Si nous voulons regarder profondément en nous-mêmes, il me semble que c'est bien là ce qui se passe pour la plupart d'entre nous. Si nous sommes religieux ou si nous faisons partie d'une secte quelconque, si nous avons des notions particulières qui nous procurent un type d'expérience spécialement satisfaisant, nous voulons intensifier cette expérience, l'élargir, l'approfondir, lui donner plus de réalité. La plupart d'entre nous sommes toujours à la recherche de quelque chose, soit pour nous évader de la routine et de l'ennui quotidien, de notre insuffisance, de notre vide, de notre sentiment de solitude, ou bien encore nous voulons quelque chose de plus, quelque chose que nous n'avons pas et qui, croyons-nous, donnera à notre vie plus de richesse, de plénitude, d'accomplissement. Si nous voulons examiner notre comportement, nos pensées, nous nous apercevrons, me semble-t-il, que nous sommes tous assoiffés de quelque chose. Plus cette chose est mystérieuse, plus elle comporte une qualité d'être « autre », quelque chose d'extraordinairement occulte et mystérieux, de caché, plus nous la poursuivons avec âpreté. Il nous faut une autorité qui nous guide dans ce royaume vierge, et ainsi nous acceptons très facilement cette autorité, nous la suivons aveuglément ou raisonnablement, nous donnant à nous-mêmes différentes raisons de suivre. Nous cherchons constamment, constamment nous exigeons des expériences de plus en plus vastes ou profondes, parce que celles que nous connaissons sont sans grand intérêt. Nous savons qu'elles sont sensorielles, agréables, superficielles et vides, et nous écoutons avec avidité toute personne qui nous offre quelque chose de plus. Aveuglément nous acceptons leurs paroles, leurs directives, leurs affirmations. Nous sommes toujours à suivre, toujours nous sommes des diseurs de « oui », ceux qui disent « oui » à tout ; nous ne savons pas dire « non ».

Ce soir je voudrais, si cela vous convient, parler de cette impulsion qui pousse l'homme à chercher une chose qui le

dépasse, à faire des efforts pour s'identifier à ce quelque chose, usant pour cela de diverses méthodes, de systèmes, dogmes et croyances. Par différents systèmes de méditation, il s'efforce d'atteindre, — tout au moins verbalement, — ce que la pensée est incapable de saisir. Parlons ensemble aujourd'hui de cette question de la recherche, des raisons que nous avons de chercher, des raisons pour lesquelles nous avons tellement besoin d'expériences diverses et d'une expérience ultime capable d'étancher notre soif, capable de mettre fin à cette existence superficielle et misérable qui est la nôtre.

Pour nous livrer à un examen sérieux, il nous faut d'abord découvrir ce que nous entendons par *expérience* et pourquoi nous en recherchons de plus intenses. La dernière des drogues sur le marché c'est le L.S.D., dont vous avez probablement entendu parler, et peut-être que certains d'entre vous, — j'espère bien que non, — en avez pris. Il existe donc en nous ce désir si intense d'une expérience accrue, de quelque chose qui puisse alléger, élargir, approfondir notre vie, et l'usage de cette drogue se répand dans le monde entier. L'Inde antique la connaissait sous un autre nom. Tout cela est le résultat de cette soif d'une vie plus intense, d'une sensitivité accrue grâce à laquelle peut naître une nouvelle vision des choses.

Parlons donc de cette exigence, de cette aspiration vers quelque chose, vers une expérience capable d'enrichir nos jours, de leur donner beauté, amour et clarté.

L'expérience n'est-elle pas toujours une chose que l'on reconnaît. Quand nous faisons l'expérience de quelque chose, d'un plaisir, d'une sensation qui, pensons-nous, est originale, cette expérience est une chose que l'on reconnaît. Nous la connaissons. Nous disons : « Ce fut une expérience merveilleuse ; il s'est passé ceci, il s'est passé cela. » Nous avons vu les choses plus clairement. C'est une expérience qui nous a procuré un sentiment profond de joie, de vitalité. Ainsi une expérience est toujours quelque chose que nous pouvons reconnaître qui, donc, fait partie du connu et qui, par conséquent, n'est pas neuve.

Je reconnais quelqu'un parce que je l'ai rencontré l'année dernière ou hier. C'est une image qui appartient au passé. Elle est demeurée dans ma mémoire consciente ou

insconsciente, et quand je rencontre cette personne à nouveau le souvenir que j'en ai, réagit. De même, quand j'ai passé par une expérience d'*aucune espèce*, banale, ou ce qu'il est bon d'appeler « sublime » (or il n'y a pas d'expérience sublime, pas du tout, parce que toutes les expériences, mesquines ou grandioses, font partie des images de la pensée-mémoire) je veux la reconnaître. Mon esprit utilisant des mots, la décrit, l'accompagne de sensations, par conséquent il s'agit toujours de quelque chose venant d'une image du connu. Autrement je n'appelle pas cela une expérience. C'est comme quand quelqu'un de très sensitif prend une de ces fameuses drogues qui, très évidemment, intensifient la sensitivité. Il voit, il ressent, il a une vision de quelque chose qu'il peut reconnaître parce qu'elle est déjà établie dans son esprit ; autrement il ne la reconnaîtrait pas et il ne lui donnerait pas le nom d' « expérience ».

S'il vous plaît, examinez le contenu des paroles prononcées ; n'écoutez pas passivement parce que tout à l'heure nous allons approfondir une question qui exige la compréhension de l'expérience. Nous allons parler de la méditation ; c'est une des choses les plus extraordinaires, quand on sait ce que c'est que d'avoir un esprit méditatif. Sans lui, on est comme un homme qui est aveugle, incapable de voir les couleurs, un homme dont l'esprit est émoussé et morne. Si nous ignorons ce que c'est que de méditer nous menons une vie limitée, étroite, si habile, si érudit que nous puissions être, quelque livre, quelque tableau que nous puissions créer. Nous demeurons dans le cercle étroit du connu ; celui-ci est toujours limité. Pour comprendre cette question de la méditation, il nous faut approfondir la question de l'expérience et nous demander *pourquoi* nous cherchons, et *ce que* nous cherchons.

Dans ses profondeurs notre vie n'est que gâchis, confusion, tourment et souffrance. Plus nous sommes sensitifs, plus sont grands le désespoir, l'anxiété, le sentiment de culpabilité et, naturellement, nous cherchons à nous en évader n'ayant pas trouvé de réponse à notre détresse. Nous ne savons pas comment sortir de cette confusion, nous aspirons à un autre royaume, une autre dimension. L'art, la musique, la littérature sont un soulagement, mais ce ne sont que des évasions ; celles-ci n'ont aucun caractère de

réalité comparées à ce que nous recherchons. Toutes les évasions se ressemblent, qu'elles passent par la porte d'une église, qu'elles aient pour nom, Dieu, un sauveur, l'alcool ou différentes drogues. Nous devons savoir, non seulement ce que c'est que nous cherchons et pourquoi, mais nous devons encore comprendre le besoin même de cette expérience profonde et durable, parce que seul un esprit qui ne cherche rien, aucune expérience d'aucune sorte, est capable de pénétrer dans un royaume, dans une dimension totalement nouvelle. Voilà ce que nous allons approfondir ce soir, du moins je l'espère.

Nos vies sont superficielles, insuffisantes en elles-mêmes, et nous avons soif de quelque chose d'autre de plus vaste, de plus profond. Et puis nous sommes extraordinairement isolés. Toutes nos activités, toutes nos pensées, tout notre comportement, tendent vers cet isolement, cette solitude, et nous voulons y échapper. Faute de comprendre cet isolement, non pas intellectuellement, ni rationnellement ou verbalement, mais par un contact direct, faute d'entrer en contact direct avec ce sentiment de solitude, de *résoudre totalement* toute recherche, toute méditation, les activités soi-disant spirituelles ou religieuses sont absolument vides de sens et de portée, parce qu'elles ne sont pas autre chose que des évasions de ce que nous sommes. C'est un esprit, un petit esprit mesquin, superficiel, morne, qui se met à penser à Dieu. S'il existe, l'esprit et son Dieu demeureront mesquins.

Dès lors se pose la question de savoir s'il est possible à un esprit si lourdement conditionné, si empêtré dans le labeur et le conflit de la vie quotidienne, d'être assez profondément et suffisamment éveillé pour qu'il n'y ait plus de recherche, de soif d'expérience. Quand on est éveillé, quand on est sa propre lumière, il n'y a plus de recherche. Il n'y a plus de désir d'autres expériences. C'est l'homme qui est plongé dans l'obscurité qui est toujours à la recherche de la lumière. Est-il possible d'être assez intensément éveillé, assez sensitif physiquement, intellectuellement, et de toute façon, pour qu'il ne reste pas un seul point terni dans l'esprit ? Alors seulement il n'y aura pas de recherche ; alors seulement il n'y aura plus ce besoin d'expériences nouvelles.

Est-ce possible ? La plupart d'entre nous vivons de sensations, d'impressions sexuelles, et la pensée en intensifie le plaisir. En nous attardant sur ces sensations nous en tirons un grand plaisir, et là où il y a plaisir il y a souffrance. Il nous faut comprendre ce processus, comment la pensée donne naissance au temps, au plaisir, à la souffrance ; comment, ayant créé tout cela, elle cherche à s'en affranchir ; et comment cette évasion elle-même engendre le conflit. Je souffre et je voudrais être heureux. Je voudrais mettre fin à la souffrance. La pensée a créé la souffrance et elle espère y mettre fin. Et dans cet état dualiste elle engendre un conflit.

La plupart d'entre nous se trouvent devant ce sentiment d'isolement et de solitude, ce sentiment de vide. Bien qu'on puisse faire partie d'un groupe familial ou autre, on connaît bien ce sentiment, cette anxiété profonde et sans objet précis. Peut-on s'en affranchir ; peut-on véritablement le trascender ; non pas par une évasion ; non pas en cherchant à remplir cette solitude, cet isolement, ce vide, par un savoir accumulé, par des expériences, par un flot de paroles ? Vous savez tout ce que nous faisons pour remplir ce vide qui est en nous. Sommes-nous capables de le dépasser ? Pour comprendre, pour s'affranchir de n'importe quelle chose, il faut tout d'abord entrer en contact direct avec elle. Comme nous l'avons dit l'autre jour, il existe en chacun de nous une image de la mort et cette image, œuvre la pensée, entraîne la *peur* de la *mort*. De la même façon il existe en nous une image de ce vide, de cette solitude, et cette image empêche un contact direct avec le fait de la solitude.

S'il s'agit de regarder une fleur, regardez-la, et vous ne le pouvez que s'il n'existe en vous aucune image de cette fleur, si vous ne lui donnez pas un nom, si votre pensée n'entre pas en action à l'instant où vous regardez ; la pensée avec ce qu'elle sait de l'espèce ou de la couleur de cette fleur. Alors seulement vous êtes en contact direct et immédiat avec l'objet. Quand il y a un tel contact il n'y a plus d'observateur. C'est l'observateur qui est le créateur d'images et qui empêche le contact direct avec le fait, que ce soit une fleur, la mort ou ce que nous appelons la solitude.

S'il vous plaît, il vous faut éprouver les paroles pronon-

cées, écouter de façon à voir la chose directement, à être directement en contact. Si vous êtes en contact avec n'importe quoi, votre femme, vos enfants, le ciel, les nuages, n'importe quel fait, dès l'instant où la pensée intervient, vous perdez ce contact. La pensée prend naissance dans la mémoire. Celle-ci est l'image et c'est à partir de cette image que vous regardez, introduisant ainsi une séparation entre l'observateur et la chose observée.

Ceci doit être très profondément compris. C'est cette séparation entre l'observateur et la chose observée qui le pousse à désirer des expériences plus étendues, plus de sensations, et qui l'incite à rechercher et à poursuivre éternellement. Il faut comprendre complètement et totalement que, tant qu'existe l'observateur, celui qui recherche l'expérience, le censeur, cette entité qui pèse, qui juge, qui condamne, il n'y a aucun contact immédiat avec *ce qui est*. Quand vous souffrez physiquement, il y a une perception directe ; il n'y a pas l'observateur qui ressent la souffrance ; il n'y a que la souffrance. Et parce qu'il n'y a pas d'observateur, il y a *action immédiate*. Il n'y a pas d'abord une idée et ensuite l'action, mais il n'y a qu'*action* quand existe une telle souffrance, parce qu'il y a un contact physique direct. La douleur c'est vous ; il y a douleur ! Tant que ceci n'est pas complètement examiné, réalisé, compris et profondément ressenti, tant que l'on n'a pas saisi complètement, et non pas verbalement ou intellectuellement, que l'observateur ne fait qu'un avec la chose observée, toute la vie devient conflit, contradiction entre les désirs opposés, le « ce qui devrait être » et le « ce qui est ». Ceci vous ne pouvez le faire que si vous êtes lucides ; si vous sentez que vous regardez en tant qu'observateur qu'il s'agisse d'une fleur, d'un nuage ou de tout autre chose. Si l'entité observe à partir de son savoir accumulé, il n'y a pas de contact avec l'objet.

Un esprit qui a un conflit *d'aucune sorte* à *n'importe quel niveau*, conscient ou inconscient, est un esprit torturé, tout ce qu'il voit est déformé. Je vous en prie, comprenez cette vérité, ce fait des plus simples : que tout ce que votre esprit verra sera forcément déformé tant qu'il y a conflit, un conflit d'ambition, de crainte, de douleur due à une séparation, et tout ce qui s'ensuit. Un esprit qui

connaît le conflit est un esprit déformé. Et ce conflit ne peut prendre fin que quand l'observateur lui-même prend fin, quand n'existe plus que la chose observée. Dès cet instant la vertu, c'est-à-dire le comportement, prend un sens entièrement différent. La vertu est ordre, non pas la vertu que connaît notre société, parce que celle-ci est l'essence même du désordre. Elle peut bien s'efforcer d'implanter l'idée de la moralité dans l'esprit, mais elle est essentiellement *immorale*, parce qu'elle engendre le conflit ; elle crée des êtres humains ambitieux, avides, assoiffés de puissance, de prestige, de *standing*. Tant que cet ordre-là existe profondément en nous, la pensée, elle, créera toujours un désordre auquel elle donnera le nom de vertu.

L'ordre n'est pas une affaire de temps, n'est-ce pas ? Il ne s'agit pas de dire : « J'établirai l'ordre, je serai vertueux, après-demain », nous le sommes ou nous ne le sommes pas. Dans l'intervalle de temps qui s'écoule entre ce qui est et notre idée de ce qui devrait être, le désordre prend naissance, le désordre étant le conflit. Aucune vertu ne peut naître de ce conflit, aucune moralité. Je me dis : « Je suis en colère ; cela va passer ; je vais m'exercer à la patience, à l'amour, et à tout ce qui s'ensuit. » Autrement dit, j'espère arriver petit à petit à cet état où je ne serai plus en colère. Ce processus, cette idée d'arriver progressivement, engendre non seulement le conflit mais encore toute notre existence anxieuse, destructrice et désordonnée. Le temps utilisé comme processus de réalisation est toujours un élément de désordre. Il faut évidemment du temps pour s'instruire, pour aller à la lune, pour apprendre une nouvelle langue, mais quand nous utilisons le temps comme un moyen de surmonter telle ou telle tendance particulière qui est la nôtre, cette façon de l'utiliser, qui en réalité est l'emploi de la pensée en vue de provoquer un changement, ne fait que donner naissance non seulement à de nouveaux conflits mais encore à un profond sentiment d'indolence.

Quand vous voyez devant vous une chose véritablement dangereuse vous agissez immédiatement ! Il n'y a pas d'intervalle de temps ; point de clivage entre l'idée et l'action, l'idée est l'action même. Un esprit vertueux, dans le sens où l'entend l'orateur, ne perçoit pas, grâce à un effort mais

par perception directe. Quand vous voyez un fait non verbalement, il y a une action immédiate. Un homme vaniteux ou orgueilleux s'efforce de cultiver en lui-même un état d'humilité, mais celle-ci ne peut être cultivée pas plus que l'amour. S'il affronte ce fait de son orgueil, non verbalement, s'il entre en contact direct avec cet état, — et ceci n'est possible que quand il n'y a plus un observateur séparé qui dit : « Je suis orgueilleux », mais l'observateur *est* la chose observée, — il y a alors un contact direct avec le fait. Pour que ce contact se produise, il faut de l'énergie et celle-ci ne prend naissance que quand l'observateur n'existe plus.

Ayant atteint cet état, vous pouvez commencer à comprendre ce que c'est que la méditation, parce que la compréhension de l'observateur et de la chose observée font partie de la méditation. Malheuseusement, l'Orient a élaboré différents systèmes de méditation ; ils se figurent être des experts en cette matière. Il y a différentes écoles de méditation qui comportent certains exercices, des respirations particulières, des postures. Ils disent : « Exercez-vous exercez-vous, faites des efforts, luttez, dominez, maîtrisez, et en fin de compte vous arriverez à quelque chose. » Très évidemment vous arriverez à quelque chose, mais ce quelque chose sera sans valeur. Ce que vous obtiendrez ce sera la projection de votre propre pensée qui n'a aucune valeur du tout.

C'est une question très compliquée. Il faut rejeter complètement l'autorité sous aucune forme ; qu'il s'agisse d'une autorité extérieure ou de celle qui est issue de votre propre expérience, de votre propre savoir. Il faut pour cela un esprit très subtil, très rapide, capable de raisonner, un esprit sain et non névrosé. Toutes les névroses se produisent quand il y a une activité autocentrique, quand existe cet observateur désireux de se manifester par différentes activités, parce qu'il crée sans cesse un conflit en lui-même. Tout ceci fait partie de la méditation et cela exige une lucidité capable d'observer ce qui est, sans interprétation, de regarder sans jugement, sans choix, et par conséquent *d'agir* non pas en fonction d'idées, mais comme on le fait quand on voit un précipice, un danger : une action instantanée ! Une telle action, quand on observe, quand on

perçoit, une action où le temps n'a aucune part, établit un état d'ordre, de vertu.

Avez-vous jamais vu un singe de près ? Aux Indes il y en a beaucoup. Si vous en avez regardé un, vous aurez vu combien il est agité, se grattant, bavardant, en proie à un mouvement constant. Tel est notre esprit. Il bavarde, il gesticule sans cesse, il s'agite en tous sens, bavardant comme un singe. On s'en rend compte et on se dit : « Il faut que je le domine », et on cherche à se concentrer. On ne se rend pas compte que l'entité qui veut se concentrer, celle qui ressent le besoin de se maîtriser, d'exercer une domination, est la même entité que celle qui ressemble au singe.

L'observateur est la chose observée ! Par conséquent la concentration, — écoutez, je vous prie, — la concentration ne fait que conduire à l'isolement, à l'exclusion. N'importe quel écolier sait comment se concentrer, ou n'importe quel homme qui a un intérêt à quelque chose est capable d'en faire autant. Il met des œillères, élève autour de soi un mur, et alors il observe ou il agit. Une telle concentration, étant par sa nature exclusion, engendre le conflit ; mais il existe une lucidité qui n'est pas la concentration et au sein de laquelle on peut se concentrer sans pour cela exclure. Cette lucidité, cette prise de conscience est réellement quelque chose de très simple, si simple que vous n'y pensez même pas. En entrant dans une salle comme celle-ci, vous prenez conscience de la couleur, de la forme des colonnes, des dimensions de la pièce, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Vous prenez conscience, et puis tout de suite vous vous mettez à distinguer, à critiquer, à nommer les différentes couleurs. Ces différenciations verbales sont pour vous des distractions, mais il n'y a pas de distraction du tout. Il n'y a distraction que quand vous vous efforcez de vous concentrer sur quelque chose ; alors tout le reste devient distraction. Mais la distraction n'existe plus quand vous prenez conscience de tout ce qui se passe. Si, ainsi, vous êtes *éveillés,* il n'y a plus de distraction du tout. Et de cet état de lucidité naît l'attention. Quand vous accordez votre attention tout entière, vos nerfs, votre corps, votre esprit, votre cœur, *tout* est attentif ! Vous êtes attentifs quand il y a un danger. Et dans cet état d'attention, si vous vouliez

bien y regarder de près, l'esprit est extraordinairement tranquille. Dans le silence seul vous pouvez percevoir quelque chose ; ce n'est que dans le silence qu'existent la perception, la vision.

Si vous regardez ce microphone attentivement, d'une façon totale, votre esprit est très tranquille. Il n'a pas besoin de se concentrer, d'exclure, de faire d'effort. Ce silence de l'esprit est nécessaire. Ce n'est pas une chose à laquelle on peut parvenir, quelque chose d'élaboré par la pensée, un tel silence serait stérile ou mort. Par ses prières un homme peut obtenir une certaine qualité de silence ; en répétant des paroles inlassablement, vous pouvez établir un certain calme de l'esprit, mais c'est une chose puérile. Ce n'est pas véritablement le silence, l'esprit s'est drogué ; mais c'est là où il y a attention qu'il y a silence.

C'est la fonction même du cerveau de recevoir et de réagir. Le cerveau est toujours en activité ; pendant des siècles, ses cellules ont été conditionnées en vue de certains modèles de comportement. Si un homme conditionné en tant que chrétien entend le mot « chrétien », ces cellules cérébrales réagissent à ce mot instantanément, ou tout au moins très vite. Est-il possible pour les cellules cérébrales elles-mêmes, — qui ont été entraînées si intensément à réagir *instantanément* conformément à leur modèle de comportement, la pensée et tout ce qui s'ensuit, — est-il possible pour ces cellules cérébrales de fonctionner sans agitation, sans tout ce tourbillon qui se produit en général quand on entend un mot tel que la « mort » ?

Le silence n'est pas une simple qualité verbale, une affirmation verbale qu'il faut comprendre, mais c'est l'état d'un esprit qui a compris tout entier le processus dont nous avons parlé ce soir. Dès cet instant, règne un silence d'où provient toute action ; quand on l'approfondit, quand on l'a véritablement fait, non pas théoriquement, quand on a répondu instantanément au fait de ce que l'on est. Seul ce silence est capable de *voir* une chose entièrement neuve, une chose où la pensée ne tient absolument aucune place, parce que la pensée est toujours une réaction du passé. La pensée fonctionne toujours dans le champ du connu. Seul un esprit silencieux, celui qui est réellement et complètement vidé du connu, est capable de percevoir le neuf.

Il perçoit non pas comme un observateur percevant quelque chose d'extérieur à soi-même ; il y a perception un point c'est tout. Seul un tel esprit peut apercevoir quelque chose qui ne connaît pas les mots, qui n'a aucune commune mesure avec le temps.

Il est très facile de poser une question, beaucoup plus difficile de poser une question juste. Le fait même de poser une question juste vous apporte la réponse. Il est donc très important de découvrir comment poser la question juste. Ceci ne veut pas dire que je cherche à vous empêcher d'en poser. Pour poser une question juste, il vous faut une grande lucidité, une attention intense ; mais si vous vous posiez une telle question à vous-même, par cette attention même la réponse est là Vous n'avez rien à demander à personne, vous n'avez à suivre personne ! J'espère donc que vous poserez des questions justes.

☆ *L'attention se transforme, elle s'intensifie dès l'instant où l'observateur devient la chose observée...*

★ Ah, non ! L'observateur ne devient pas la chose observée !

☆ *Il l'observe en lui-même.*

★ Non, monsieur. Il y a l'observateur qui dit : « J'ai peur », « je suis avide », « je suis envieux », « je suis anxieux », « je suis coupable ». Le sentiment et l'observateur sont deux états différents. Ceci est assez simple ? L'entité qui dit être éveillée, l'observateur qui affirme : « J'ai peur », pour lui la peur est autre chose que lui-même. Tout est là devant vous. Vous pouvez observer, voir cela par vous-même. Au moment d'une grande souffrance vous ne dites rien. Vous êtes la souffrance elle-même ! Il n'y a pas vous et la souffrance. Mais un peu plus tard, quelques secondes ou quelques minutes plus tard, survient le penseur qui dit : « Mais, sapristi, il faut faire quelque chose. » Or, cette entité, l'observateur, n'est pas autre chose que la peur. La peur est l'observateur. Ceci ne veut pas dire que l'observateur devient la peur ou s'identifie avec la peur ; mais il n'y a que la peur !

Si vous êtes lucide, de sorte que l'observateur n'existe plus mais seulement la peur, vous verrez alors que la peur n'est pas une chose dont il faille se débarrasser ou qu'il faille dominer. Dès l'instant où l'observateur *n'est plus*, la peur *n'est plus.*

☆ *Mais s'il n'y a pas l'observateur, qui est lucide ?*

★ Regardez cette fleur. Il n'y a pas de fleurs ici ! Regardez l'orateur, ce que vous faites depuis le commencement de la causerie. Regardez l'orateur sans qu'il y ait d'observateur. En êtes-vous capable ? Etes-vous capable de voir l'orateur assis sur l'estrade sans qu'intervienne l'observateur avec ses pensées, son imagination, des images qu'il a construites au sujet de l'orateur ? En êtes-vous capable ? Ne dites pas « non » ou « oui ». Etes-vous capable de regarder votre femme ou votre mari sans qu'interviennent l'image du mari ou de la femme, qui sont l'observateur ?

☆ *Ne pouvons-nous pas les intégrer ?*

★ Ah, non ! Ce n'est pas une question d'intégration, s'il vous plaît, ne faites pas intervenir des mots. Ce mot est affreux.

☆ *On peut observer l'orateur, mais dès que la chose est intérieure c'est une autre histoire.*

★ Il est assez facile d'observer, de voir l'orateur ou une fleur, ce sont des choses extérieures. Mais observer la peur, nos propres petites exigences mesquines dans nos désirs de nous exprimer, est tout autre chose. Si vous voulez bien regarder, la question se pose alors : Qui prend conscience de ce qui est observé ? C'est bien cela ? Je ne parle pas d'identification. Qu'est-ce que cela veut dire « identifier ». Je m'identifie avec ma famille, avec ma femme, avec mon pays, avec le livre que j'écris ou avec le tableau que je peins. Je m'identifie avec quelque chose. Je suis différent et je m'identifie avec quelque chose qui n'est pas moi, ou je m'identifie moi-même avec moi-même, c'est-à-dire avec l'image de moi-même. Le mot implique donc un état de

dualité. La question est celle-ci, monsieur, s'il n'y a pas d'observateur ; non, la difficulté vient de ce que dès l'instant où vous dites : « S'il n'y a pas d'observateur », ce mot *si* implique qu'il ne s'agit pas d'un fait réel. C'est une condition. *Si* je suis bien portant ; mais je ne le suis pas, je suis malade. Attendez !

☆ *Mais le mot lui-même est une idée.*

★ Non, non ! Ce nest pas une idée ! Nous cherchons à éviter des phrases, des mots dont le contenu implique l'avenir et qui sont par conséquent irréels. Le fait qui est, ce qui *est*, et non pas ce qui *devrait être*, voilà ce qui nous intéresse. Quand vous posez la question : « S'il n'y a pas d'observateur, qu'est-ce qui observe ? », vous posez une question fausse. Jamais vous ne devriez la poser comme cela : « *S'il* n'y a pas d'observateur. » Un homme absolument bien portant ne se demande pas ce qu'il fera s'il est bien portant ; il *est* bien portant. Il ne sait même pas qu'il l'est. Ce n'est que le malade, celui qui est la proie d'un conflit qui pose les questions, qui cherche, qui exige, qui désire. Lui, est toujours malade. Il peut poser cette question avec *si* ; qu'est-ce qui se passera *si* j'obtiens la liberté ? C'est une question fausse. Vous découvrirez ce qui se passe quand vous serez libre, mais poser la question quand vous êtes encore prisonnier, cela n'a pas de sens. De la même façon, demander : « Qu'est-ce qui est lucide quand il n'y a pas d'observateur ? » ça n'a pas de sens. C'est théorique, verbal, intellectuel.

☆ *Si vous êtes dans un état d'esprit où vous êtes complètement attentif, est-ce que cela implique que vous pénétrez dans le monde du réel ?*

★ Je le regrette. Ce sont là des questions qui n'ont pas de sens. Soyez dans cet état et découvrez ! Voilà qui a de la valeur, de la vitalité, de l'énergie, beaucoup plus que de dire : « Si ceci arrive, qu'est-ce qui se passera ? » C'est un gaspillage d'énergie, par conséquent une question fausse. Ceci ne veut pas dire que je veux étouffer vos questions dans l'œuf.

☆ *Le souvenir de la lucidité est-il une chose qui existe ?*

★ Non, monsieur. Vous êtes lucide ou vous ne l'êtes pas. Ne compliquez pas une chose qui est si simple. C'est là une de nos particularités ; nous avons le désir de compliquer les choses parce que nos esprits sont profondément rusés. Nous voulons jouer avec les choses, nous ne voulons pas les voir simplement, et pour voir le fait, la vérité de ce qui *est*, pour cela il faut que l'esprit soit extraordinairement simple, libre de tout encombrement. Parce que, après tout, c'est cette simplicité qui est innocence et non le souvenir. Vous n'avez pas été innocent ou vous n'allez pas revenir à cet état d'innocence. Seul un esprit qui est lucide, très simplement, très tranquillement, sans effort, sans exercice de la volonté, sans orientation — seul un tel esprit est innocent ; seul un tel esprit est capable de percevoir le réel.

26 mai 1966.

V

Voici la dernière causerie. Si vous êtes d'accord, je voudrais discuter avec vous d'un problème assez compliqué, et j'espère que vous aurez la patience et l'intérêt qui vous permettront de l'approfondir avec moi. Très évidemment, un tel problème doit forcément être traité au moyen de paroles, d'explications, mais l'explication et le mot ne sont pas la chose ; il ne le sont jamais. Jamais le symbole n'est la réalité. Mais il semble que nous nous perdions dans un monde de symboles, de conclusions, que nous prenons pour la réalité et qui nous satisfont aisément. Si nous voulons nous livrer à une enquête, si nous voulons examiner une question qui exige une grande pénétration, il nous faut être extraordinairement sensibles au sens des paroles, il nous faut éviter toutes sortes de conclusions ou de déductions. Et ce mot « intuition », dont on se sert si souvent, il nous faut l'éviter complètement.

Aujourd'hui je voudrais parler de ce que nous entendons par vivre. Je sais que beaucoup d'entre nous ne nous posons cette question que quand nous sommes plongés dans de grands malheurs, quand nous ne voyons plus aucun sens à la vie, quand nous sommes dans le désespoir, et avons un sentiment profond de frustration. Nous nous posons alors cette question à partir d'un mobile, et toute question posée avec un mobile a déjà reçu sa réponse. La réponse est évidemment conforme au mobile, à ce que nous voulons qu'elle soit ; ce que nous voudrions que soit la vie. Pour examiner cette question subtile et très compliquée, il nous faut être sans aucun mobile, prêts à affronter tout ce qui pourra se révéler, tout ce qui s'avérera être la vérité. L'examen véritable cesse, dès l'instant où il

y a un motif, parce que le motif projette la réponse en fonction de notre expérience, de nos conclusions, de notre conditionnement. Pour examiner cette question, qui est très intéressante, qui exige une grande pénétration, nous devons être absolument dégagés de toute nuance de motif.

Ceci sera très difficile pour la plupart d'entre nous parce que, habituellement, les questions que nous posons, recouvrent toujours une arrière-pensée. Nous désirons découvrir, soit par simple curiosité, ce qui évidemment est bien peu de chose, ou bien nous espérons découvrir parce que nous sommes profondément malheureux, nous sommes dans la confusion, dans le tourment, dans une souffrance profonde, et c'est à partir de cette souffrance, de ce tourment, de ce désespoir, que nous posons la question, et quand cela nous arrive, nous attendons une réponse en fonction de notre souffrance ; une réponse capable de résoudre notre souffrance à nous. Ainsi nous sommes nos propres dupes, et nous sommes incapables de découvrir ce que nous entendons par vivre.

Pour découvrir la vérité de la chose, sa véritable signification, son sens, sa profondeur, sa beauté, sa plénitude, il y a beaucoup d'éléments à examiner : nous aurons tout d'abord à nous demander ce que c'est que la liberté ; puis ce que c'est que la nature du temps et aussi de l'espace. Il me semble que si nous ne comprenons pas toutes ces choses, jamais nous ne pourrons découvrir par nous-mêmes, en tant qu'êtres humains, non pas en tant qu'individus localisés, mais en tant qu'êtres humains complets, ce que cela signifie que de vivre. Vivre, assurément, est toujours dans le présent actif, le mot même « vivre » implique « maintenant ». Il ne s'agit pas de vivre dans le passé ou dans l'avenir, mais dans le présent. Or, pour comprendre ce que signifie le fait de vivre dans le présent, nous aurons à nous demander ce que c'est que le passé. Nous ne pouvons pas simplement dire : « A partir de maintenant, je vais vivre dans le présent » ; « le présent est la seule chose importante », ou bien donner au présent un sens extravagant à partir d'un point de vue théorique ou intellectuel ou encore, si l'on est dans le désespoir, échafauder une philosophie du présent, née du désespoir.

Tout cela n'a aucun sens. Pour comprendre le présent, le présent vivant, il faut examiner la question du temps.

Le temps est une durée, un mouvement. Eternellement il coule, venant du passé, traversant le présent, orienté vers l'avenir. Le passé c'est la savoir, l'expérience, les conclusions, la tradition, l'héritage racial, et ainsi de suite. Ce passé, traversant le présent, non seulement le conditionne mais engendre l'avenir. Ce que j'ai été se modifie dans le présent — ce que je suis et ce que je serai demain. Tout ce processus : hier, aujourd'hui, demain, — le conditionnement de la veille qui se modifie dans le présent, et prend forme pour demain, — tout cela c'est la conscience. Tout cela se poursuit dans le royaume du connu ; et le connu c'est le temps, réellement et psychologiquement. Evidemment, mesuré par la montre, chronologiquement, le projet d'aujourd'hui a été fait la veille, et demain sera chronologiquement ce que j'engendre aujourd'hui. C'est ce que nous faisons tout le temps.

Psychologiquement la situation est beaucoup plus complexe. Toute notre psyché est imprégnée de temps, de la substance même du temps. Tout le processus de la pensée est le résultat du passé, le résultat du connu, c'est l'expérience, le savoir, l'ensemble des conclusions. Tout cela existe dans le cours du temps, et le temps dans son entier est conditionné par la conscience. Cette conscience qui dit : « Je fus, je suis, je serai » changée, agrandie, dilatée, limitée. Tout cela c'est la conscience, ce que nous sommes, le conscient et l'inconscient. Nous semblons donner beaucoup d'importance à l'inconscient, mais l'inconscient c'est le passé. Il est aussi banal que l'est le présent d'un esprit conditionné par des douzaines de jours écoulés ou encore des milliers. Le conscient et l'inconscient sont tous deux des choses très banales. Je ne vois pas pourquoi on fait un tel tapage au sujet de l'inconscient, pourquoi il y a ces examens constants, cette psychanalyse, ces efforts pour le comprendre. L'inconscient est un résidu du passé, du temps, le temps étant le passé avec toutes ses traditions, son savoir accumulé, les influences, le conditionnement, la propagande, l'héritage racial, les influences familiales — le temps est un mouvement engendré par cette conscience et dont il est prisonnier, prisonnier de ce que fut hier. Ce passé, modi-

fié dans le présent, préfigurant l'avenir, c'est là tout le processus de la pensée.

Sil vous plaît, il ne s'agit pas d'être d'accord, d'accepter. Si nous voulons examiner les choses d'un peu près tout cela est assez évident. Nous pourrions entrer dans plus de détails verbalement, intellectuellement, mais le fait demeure que toute notre conscience est conditionnée, et que ce conditionnement est dans le champ du temps. Dès lors, nous nous demandons : « Le temps peut-il prendre fin ? » Si nous fonctionnons toujours dans ce champ du temps : hier, aujourd'hui et demain, si toute notre activité est modifiée par le passé dans le présent, établissant ainsi une continuité vers l'avenir, c'est un processus où il n'y a aucune liberté ; toujours nous serons les esclaves d'hier, d'aujourd'hui et de ce que sera demain. En tout cela pas de place pour la liberté. Nous sommes prisonniers de ce processus, parce que nous vivons dans cette division du temps : hier, aujourd'hui, demain ; c'est là notre vie ; c'est ce que nous appelons vivre.

Est-il possible, — non pas théoriquement, hypothétiquement, ni dans un sens théologique, — est-il possible de s'affranchir du temps ? Nous répondrons à cette question, et non pas verbalement, quand nous commencerons à examiner le second volet, qui est : est-il possible pour un esprit qui a subi des siècles de conditionnement de s'affranchir ? Il ne le peut certes pas par l'action de la pensée, parce que celle-ci est le résultat du temps, et elle est incapable d'affranchir cette conscience limitée. Il faut donc une action entièrement différente, une action qui n'a pas son origine dans la volonté, la volonté étant un autre aspect de ce : hier, aujourd'hui et demain — je fus, je suis, je serai. Est-il possible de découvrir non pas théoriquement, mais réellement, s'il y a une fin possible au temps ? S'il n'y en a pas, il n'y a pas de fin à la souffrance ; il n'y a pas de liberté pour l'homme, et s'il n'y a pas de liberté pour l'homme, il n'y a pour lui aucun espace.

Nous ne connaissons d'espace que visuel, la distance qui s'étend d'ici jusqu'à notre maison, de l'endroit où nous nous trouvons à la ville de Londres, ou à la planète Mars, ou à la lune ; l'espace qui existe entre les objets, l'espace physique. Un homme prisonnier d'un petit espace dans un

petit appartement, qui vit dans cet espace, de jour en jour pendant trente années, a soif d'espace, d'espace physique. Il va à la campagne, il prend des vacances lointaines où il trouve de grands espaces vides, où il peut voir un ciel sans limites, le vaste océan, de profondes forêts, des ombres, le mouvement du vent, des oiseaux, du fleuve. Physiquement il a besoin d'espace. Vivant dans une ville, dans une cité, marchant constamment sur des trottoirs et voyant la fenêtre et les cheminées d'en face, il a besoin d'espace physique, mais jamais il n'a soif d'espace psychologique. Là, il se contente d'être un prisonnier. Il est pris au piège. Il est dans la prison de ses propres idées ; de ses conclusions, de ses croyances, de ses dogmes. Il est dans la prison de sa propre activité autocentrique, avec ses alternatives de réussites et de frustrations ; il est le prisonnier de son propre talent.

Psychologiquement, intérieurement, dans sa peau, il vit dans une prison où n'existe aucun espace du tout. Privé d'espace, prisonnier, il se met à penser à la liberté. Il est un captif vivant entre quatre murs, assoiffé de liberté ; comme un aveugle cherchant désespérément à voir la couleur. N'ayant aucun espace psychologique, aucune liberté psychologique, il n'a aucun espace du tout, il est toujours prisonnier. Il y a toujours un espace entre deux notes, et c'est pourquoi nous aimons écouter la musique. Il y a un intervalle entre deux pensées ; cet intervalle est espace, et pour la plupart d'entre nous l'intervalle existe à cause de l'objet. L'objet crée un intervalle autour de lui-même. Ce microphone a créé un espace qui l'entoure, et il existe dans l'espace des quatre murs. Du fait qu'il existe, le penseur, le moi, celui qui agit, crée autour de soi un espace psychologique. Son espace il l'a conçu, il l'a formulé lui-même, et cet espace est par conséquent limité. Lui, n'est jamais libre.

Ceci est-il trop difficile ou trop abstrait ? A moins d'examiner cette question en soi-même et assez profondément, — ce qui est méditation, — il n'y a pas de liberté du tout. En chaque être humain il y a un centre ; ce centre crée un espace autour de soi, comme ces quatre murs créent un espace en eux. Cette salle, à cause des murs, a créé un espace dans lequel nous existons, dans lequel nous som-

mes assis, dans lequel nous parlons. Le centre, qui est le moi, a créé un espace autour de soi et dans cet espace, qui est sa conscience, il vit, il fonctionne, il agit, il se modifie, et par conséquent il n'est jamais libre.

Cette question vaut vraiment et profondément la peine d'être examinée, parce que la liberté ne peut exister que là où il y a espace, mais un espace qui n'est pas créé par un objet. Si l'espace est créé par le moi, le penseur, celui-ci élève encore des murs autour de soi à l'intérieur desquels il se figure être libre. Il pourra faire tout ce qu'il voudra dans cet espace créé par le centre, il sera sans aucune liberté. Il est comme un homme condamné à vivre en prison. Il peut dans sa prison modifier le décor, rendre celle-ci un peu plus confortable, peindre les murs, faire toutes sortes de choses pour orner sa vie, mais entre les quatre murs il n'est jamais libre.

Psychologiquement, nous avons dressé des murailles autour de nous, des murailles de résistance, d'efforts, de crimes, d'avidité, d'envie, d'ambition, de désirs d'une haute situation, de puissance, de prestige. Toutes ces choses sont la création du penseur. Celui-ci a créé l'espace qui l'entoure, et par conséquent il n'est jamais libre. La beauté n'est pas seulement celle que vous voyez ; elle n'en est qu'une très petite partie. La beauté n'est pas le résultat de la pensée, elle n'a pas été élaborée par la pensée. Comme l'amour, l'affection n'a pas de place là où il y a la pensée. Il y a cette jalousie, cette envie, cette avidité, cette ambition, cet orgueil, et l'amour n'est pas ; tout cela, nous le savons. Mais pour découvrir ce que cela veut dire que d'aimer, il faut certes qu'existe un affranchissement de toute lutte, de toute jalousie, de toute envie. Alors nous connaîtrons.

De même, la liberté implique qu'il n'y ait aucun mur psychologique dressé par le centre. Liberté signifie espace. La liberté implique aussi la fin du temps, non pas dans l'abstrait, mais effectivement. La liberté signifie vivre complètement aujourd'hui parce que nous avons compris toute la structure, la nature et la signification du passé, celui-ci comprenant le conscient tout comme l'inconscient. Tout cela nous l'avons compris. Et, grâce à cette compréhension, existe le présent actif, ce qui signifie vivre. Ceci

peut-il réellement exister dans notre vie quotidienne ? Suis-je capable d'aller à mon bureau sans vivre dans le champ du temps psychologique, sans être prisonnier de l'avidité, de l'envie, de l'ambition ? Si je n'en suis pas capable, je suis un esclave à tout jamais.

Une vie routinière, ennuyeuse, dépourvue de toute espèce de sens, passée dans un affreux petit bureau, ou dans une usine où l'on produit des voitures ou des boutons, ou tout autre chose, pendant tout le reste de son existence, est une perspective épouvantable. Bien que l'automation et la cybernétique améliorent la condition humaine, il nous faudra tout de même mener cette vie routinière et dépourvue de sens. Et parce qu'elle est dépourvue de sens, nous cherchons à nous évader par des distractions de toutes sortes, parmi lesquelles il faut comprendre les églises. Mais si nous avons conscience de ce processus de la vie dans sa totalité, si nous voyons la signification du temps qui est pensée, celui-ci prend fin. Ceci se produit non pas par un effet de la volonté, non pas parce que nous le désirons ou que nous *l'exigeons*, mais parce que nous voyons d'un seul coup la portée et la signification du temps. Cette prise de conscience se produit non pas à l'égard d'un observateur, mais par une lucidité et une attention totale.

Comme nous le disions l'autre jour, quand existe une attention totale, c'est-à-dire quand vous donnez votre corps, votre esprit, votre cœur, tout ce que vous avez, complètement, — quand il n'y a plus aucune résistance, aucune pensée, mais une attention complète, — vous vous apercevrez qu'il n'y a plus d'observateur du tout. L'observateur ne prend naissance que dans un état d'inattention. C'est celle-ci qui engendre l'observateur. Mais prendre conscience de l'inattention et être attentif sont deux états différents.

Malheureusement, je ne crois pas que nous puissions entrer dans plus de détails. Ce n'est peut-être pas le moment de le faire, mais si l'homme veut être libre, — *et il faut qu'il soit libre* s'il veut découvrir, s'il veut vivre, — il faut que le temps prenne fin ; il faut qu'il y ait espace, non plus l'espace entre l'observateur et la chose observée, mais l'espace qui règne quand il n'y a plus d'observateur du tout.

Si jamais vous avez regardé une fleur, qu'est-ce qui se

passe ? Pour commencer vous lui donnez un nom. Vous dites qu'elle appartient à telle ou telle espèce. Puis vous vous dites : « Elle me plaît », ou bien « elle ne me plaît pas », ou bien « comme elle est belle », ou encore « je voudrais bien qu'elle soit à moi », et ainsi de suite. La pensée, le connu interviennent pour gêner la vision. Ce que vous voyez ce n'est pas la fleur, ce sont les idées préconçues, le goût, l'aversion qui sont en vous. Etes-vous capables de regarder la fleur sans qu'existe l'observateur ? Ceci veut dire regarder sans savoir accumulé, sans plaisir, sans nommer, et ainsi de suite. Si vous regardez ainsi, vous verrez qu'il n'existe plus d'observateur qui regarde ; vous êtes alors en communion *directe* avec la fleur.

Ceci est une chose assez facile à faire quand il s'agit de choses extérieures, mais de le faire intérieurement quand il s'agit de votre femme, de vos enfants, de vos voisins, de votre chef, de tout le reste de la société, — regarder non pas avec l'arrière-plan des insultes de jadis, d'éléments d'information, de flatterie, — mais de regarder tout simplement, alors seulement il y a attention véritable. Quand il y a cette attention complète, il y a silence. Et, dès cet instant, vous êtes capables d'écouter complètement n'importe quoi, le chant d'un oiseau, les paroles d'un autre. Dans ce silence, vous êtes capables d'écouter les paroles prononcées, vos propres pensées, vos exigences, vos peurs. Il vous faut écouter d'une façon complète, et dans le silence. Quand vous écoutez totalement, les choses dont vous avez peur cessent d'exister.

Vivre ne signifie certes pas le fracas, le tourment, le fardeau du passé, mais cela veut dire que l'on a pénétré et saisi la pleine et entière signification du passé. Il peut être perçu instantanément, embrassé d'un seul regard : la banalité, la pauvreté du passé. Quand on est pleinement conscient du passé, alors seulement est-on libre de vivre dans le présent. A partir de là, on peut se mouvoir, on peut pénétrer dans une dimension entièrement différente, mais ceci devient pure théorie, simple idée, si l'on n'est pas libéré, parce que dans la liberté seule peut exister quelque chose de neuf. La liberté exige l'énergie, et ce n'est que quand il y a explosion d'énergie que quelque

chose de neuf, qui est au-delà du temps, peut prendre naissance.

☆ *Quel est le rôle joué par l'évolution d'une personne et quelle partie revient à la nature ?*

★ Par évolution, nous entendons : devenir, croître, évoluer, parvenir, comme la graine qui devient l'arbre. L'évolution existe-t-elle ? Existe-t-il un libre arbitre permettant de choisir, d'évoluer, de devenir ! Monsieur, qui est le *vous* qui veut devenir ? Vous deviendrez un maître, un grand instructeur, un homme qui sait des tas de choses, un homme mieux placé dans quelques années, possédant plus de voitures, de plus belles maisons, de plus beaux vêtements, plus de science. Vous deviendrez plus vertueux, plus noble. Vous êtes captif de petits tourments qui sont votre vie, et petit à petit vous allez vous en sortir, atteindre la félicité du paradis ou toute autre chose. Voilà les idées qui ont présidé à notre éducation ; nous nous en sommes nourris. Si vous faites d'énormes efforts, en fin de compte vous atteindrez un état à quoi vous donnez le nom de félicité, Dieu, ou tout autre chose.

Pour atteindre ce qui ne peut être atteint, il vous faut du temps, beaucoup de journées, beaucoup de mois ; en Orient, ils disent beaucoup de vies. Est-ce vrai ? Prétendez-vous désirer vivre dans cette souffrance, dans ce tourment jour après jour, et vous débarrasser petit à petit de la douleur, dans dix ans ? Si vous avez un violent mal de dents, allez-vous dire : « Je m'en débarrasserai petit à petit », ou bien existe-t-il une fin à la souffrance, une fin instantanée qui ne doit rien au temps, à la durée ? Quelle est la chose qui continue d'exister ? Si vous dites : « Eh bien ! dans dix ans et peut-être même demain je serai heureux ; je serai quelque chose de différent d'aujourd'hui », aujourd'hui qu'êtes-vous ? Un ensemble d'idées, de souvenirs, de paroles, d'expériences accumulées, le résultat de toute une propagande, d'influences sociales, de conditions économiques, de vêtements, d'alimentation, de climat — vous êtes le résultat de tout cela, un faisceau de souvenirs. C'est cela que vous voulez perpétuer, dans

l'idée de devenir en fin de compte un Dieu merveilleux, ou un papillon.

Voyez-vous, je regrette, mais de cette façon-là il n'y a pas de fin à la douleur. L'évolution n'a pas fait de l'homme quelque chose de plus intelligent, de plus libre, de plus étincelant. L'histoire écrite de l'homme nous dit qu'il y a eu dans le passé 15 000 guerres en 5 500 années, deux guerres et demie par an. Et c'est un jeu auquel nous jouons encore. Nous avons plus de communications, elles sont meilleures, plus de loisirs, de salles de bains, d'automobiles, de vêtements, de nourriture, mais en dehors de tout cela existe-t-il un autre progrès ? Il faut que le temps prenne fin pour que le neuf se produise. Ce qui est continuité, prolongation, n'est jamais création. Quand le temps prendra fin, alors seulement la création existera, et l'esprit qui s'appuie sur le hier, aujourd'hui et demain, comme moyen d'arriver à quelque chose, vivra toujours dans le désespoir le plus total et le plus complet.

☆ *Je n'ai pas très bien compris ce que vous entendez par « espace intérieur ».*

★ Voyons les choses très simplement. Nous vivons de plus en plus dans de petits appartements parce que c'est commode, et parce que dans les villes l'espace est très limité avec leurs usines, leurs centres récréatifs, que la distraction soit un cinéma ou une cérémonie religieuse. Physiquement, nous aimerions un peu plus d'espace, mais intérieurement nous ne semblons pas le désirer. Nous sommes enclos dans nos concepts, nos opinions, nos jugements, nos connaissances, nos talents. Nous sommes étroitement maintenus par ces choses et ne sommes jamais libres. La liberté signifie espace, à la fois intérieurement et extérieurement. Extérieurement nous pouvons aller jusqu'à la lune ou nous promener dans un jardin, dans un parc, au Bois, mais intérieurement il n'y a pour nous aucun Bois. Nous nous évadons dans nos propres imaginations, nous parlons de Dieu et de toutes sortes de choses fantaisistes, mais en fait, nous avons dressé autour de nous des murailles par nos activités autocentriques. Nous vivons dans la douleur, le conflit, l'anxiété, la culpabilité, Comment

un tel centre qui a construit toutes ces choses, peut-il être libre s'il n'a pas d'espace, ce qui signifie qu'il lui faut mettre fin à toutes ces constructions ? Il est impossible d'y mettre fin graduellement grâce au passage du temps, par le processus de l'évolution. Il faut y mettre fin tout de suite, comme vous agissez quand vous vous trouvez devant un danger physique ; il y a alors une action immédiate. Mais nous n'apercevons pas l'immense danger de la souffrance, de la lutte poursuivie par nos pauvres petits esprits mesquins dans leur désir de trouver quelque chose qui transcende le temps.

☆ *Si ce changement radical dont vous parlez depuis si longtemps est si simple, comment se fait-il que personne n'y parvienne ?*

★ L'auditeur dit : « Voilà bien longtemps que vous parlez de toutes ces choses, depuis bien des années. Y a-t-il quelqu'un qui soit libre ? » Qui peut répondre à une telle question ? Il ne s'agit pas de savoir si votre voisin est libéré, mais si *vous* êtes libre en tant qu'être humain. Il ne s'agit pas non plus d'améliorer la société, laquelle est corrompue. Vous en faites partie et elle n'est pas autre chose que vous-même. Vous êtes cela ; vous et moi avons créé cela. Un être humain, — vous, moi ou un autre, — peut-il être libre ? Une telle liberté n'est pas une affaire de temps. Je crois que c'est une des plus grandes tristesses pour l'homme de se figurer qu'il peut se changer grâce au temps. Le temps ne fait qu'engendrer le désordre. Combien je voudrais que vous puissiez voir ce fait si simple. Regardez, monsieur, voilà des dizaines et des dizaines d'années qu'on a prêché la non-violence aux Indes, parce que les bavards, les amis du prêchi-prêcha, les agités, les bienfaisants se sont rendus compte qu'il faut mettre fin à la violence. Ils ont donc inventé une sottise majeure qu'ils appellent non-violence, un idéal qui se trouve *là-bas, bien loin*. Le fait, le vrai c'est la violence, elle est *ici*. L'idéologie n'est absolument pas valable ; ce qui est valable c'est le fait de la violence. Mais quand vous entretenez cette idéologie, entre-temps vous semez la graine de la violence, chose extrêmement agréable pour pas mal de gens.

Mais si vous n'avez pas d'idéologie du tout, si vous n'acceptez que les faits, vous avez devant vous ce fait que l'homme est violent, brutal. Est-il possible d'y mettre fin non pas petit à petit, mais tout de suite ? C'est possible à mon idée, uniquement quand vous êtes pleinement conscient du fait de votre propre violence, sans vous présenter d'excuses, d'explications, mais accordant à ce fait une attention totale. Pour être attentif ainsi il vous faut une intense énergie, et une des façons de gaspiller cette énergie c'est de vous figurer que vous êtes capable de dissoudre la violence petit à petit.

☆ *L'attention est-elle le résultat d'une discipline exercée sur soi-même dans le présent ?*

★ Voilà une question qui en elle-même implique le temps. La racine du mot « discipline » veut dire « apprendre ». Le fait même d'apprendre à connaître conduit à la discipline ; le fait même d'apprendre à connaître *est* la discipline, vous ne vous disciplinez pas dans le but d'apprendre, mais apprendre à connaître est en soi discipline. Pour apprendre à connaître il me faut écouter. Je ne peux pas écouter si j'ai peur, si je suis anxieux, ou si je compte obtenir une situation grâce à ce que j'apprends. Agir, ici, est sa propre discipline et apprendre à connaître est discipline. Monsieur, si vous avez écouté ce matin, ce fait même a entraîné une discipline. Pour la plupart d'entre nous, la discipline signifie se conformer à un modèle, dominer, supprimer, obéir, toutes choses qui impliquent le conflit. Comme un soldat est discipliné à fonctionner automatiquement, nous aussi désirons fonctionner sans lucidité profonde, nous contentant de faire les choses mécaniquement. Mais apprendre à connaître, c'est agir. En agissant vous apprenez à connaître, et en soi ceci entraîne sa propre discipline.

☆ *Mais si l'on veut apprendre à connaître, il faut être très dans le présent et hors du temps.*

★ Très bien. Apprendre à connaître est au-delà du temps. Autrement, on ne fait que se complaire à des théo-

ries. Je vous en prie, ne donnez pas d'explications, faites-le. On a écrit des volumes à ce sujet, des théories sans fin ont été proposées ; mais celui qui voit et agit est loin, au-delà de toutes les paroles, de tous les volumes, de toutes les théories et de tous les dieux.

☆ *Cet état d'attention complète, cette concentration totale d'énergie, est-elle permanente ?*

★ Non, madame. Quelle soif nous avons de voir tout être permanent ! Nous sommes assoiffés de relations permanentes ! Une épouse permanente, un mari permanent, des rapports permanents dans nos idées, notre action, tout. Il faut que ce soit permanent, autrement dit mécanique ; au fond, que tout soit certain. Existe-t-il quelque chose de permanent dans la vie, vos idées, vos paroles, *n'importe* quoi ? Votre maison peut-être est permanente ; et peut-être même pas cela ; il y a des tremblements de terre. Existe-t-il quelque chose qui soit psychologiquement permanent, vos dieux, vos croyances, vos distractions ? Assurément, il n'y a rien de permanent, et pourtant notre esprit demande la permanence, la sécurité, parce qu'il a peur de vivre dans un état d'insécurité. Vivre dans un tel état exige un grand équilibre, une grande compréhension, faute de quoi on dans la névrose. Seul un esprit qui n'est pas pris dans ce piège du désir de la permanence est libre, parce qu'il n'existe *rien* sur cette terre, ni intérieurement, qui soit permanent, même votre âme n'est pas permanente, c'est là une invention des prêtres.

29 mai 1966.

CONFÉRENCES DE SAANEN

I

Il va y avoir dix causeries et il me semble que nous devrions en profiter pour approfondir de nombreuses questions avec soin, et en quelque sorte en tâtonnant, afin que chacun de nous comprenne de quoi nous parlons. Ne vous laissez pas aller à l'impatience. Nous ne pouvons pas en une seule causerie faire le tour de toute la vie. Si vous entendez parler de ces choses pour la première fois et que vous désirez une réponse à toutes vos questions dès la première causerie, ce n'est malheureusement pas faisable. Ce que nous pouvons faire ensemble c'est de nous demander s'il est possible, — tout en vivant dans ce monde moderne qui nous pose tant de problèmes compliqués avec ce qu'il comporte de labeur et de souffrance, de confusion extérieure et intérieure, — s'il est possible pour un être humain, vivant dans ce monde et fonctionnant soi-disant normalement, de se libérer de tous les problèmes qui sont à la fois autour de lui et en lui. Nous pouvons rechercher si l'on peut être complètement libre, et en conséquence pénétrer dans une dimension de l'existence entièrement différente.

Il me semble que cette question vaut la peine d'être posée et qu'il est même nécessaire de l'approfondir, et ceci va nous demander une énorme patience. Cela exige un profond examen, une investigation des plus vastes, émanant non pas tellement d'un point de vue particulier, de nos

tendances, de nos idiosyncrasies, de nos dogmes et de nos nationalités, mais plutôt du point de vue le plus largement humain. Si seulement nous pouvions comprendre l'homme total, celui qui vit aux Indes, en Russie, en Amérique, en Chine ou ici ! Si nous parvenons à comprendre l'homme total nous pourrons peut-être commencer à le voir du point de vue particulier, le vôtre et le mien. Pour affronter un problème aussi immense, — et c'est un problème à la fois très vaste et très complexe, — nous devons comprendre ce que chacun de nous désire en tant qu'être humain, ce que nous recherchons tous, ce que nous nous efforçons tous de faire. Si nous pouvions nous poser cette question, nous demandant ce que nous recherchons, ce que nous avons le désir d'éprouver, si notre désir d'être pacifiques est vraiment profond, alors notre enquête pourra peut-être se poursuivre avec intelligence. La plupart d'entre nous ont ce désir de ressentir quelque chose. Nos vies sont étroites, plutôt mesquines, limitées, assez bourgeoises, si je peux me servir de ce mot sans nuance péjorative.

Cette vie quotidienne nous la connaissons tous et nous éprouvons le désir de la dépasser, de connaître une expérience plus vivante, d'une plus grande portée, qui puisse résoudre tous nos problèmes. Voilà, me semble-t-il, ce que l'homme recherche dans le monde entier. Il lui donne des noms différents : expérience religieuse, sensitivité accrue, intense faculté de comprendre l'existence totale de l'homme, de s'affranchir de nos incessants conflits, de trouver quelque chose qui soit au-delà des structures de la pensée. La plupart d'entre nous sommes rassasiés de psychanalyse, d'examen, d'enquête, de tâtonnement, de recherche, de doutes de toutes sortes. Les gens intelligents ont passé par tout cela. Ils ont lu tant de choses. Ils ont des réponses à presque toutes les questions, intellectuellement, mais le savoir ne semble pas satisfaire l'esprit dans toutes les questions qu'il peut se poser. Il trouve bien par lui-même une réponse mais qui ne semble donner aucune satisfaction totale, aucune solution complète du problème. L'esprit recherche sans cesse, il se demande ce que signifie la mort, l'amour, des relations justes entre les hommes, comment s'affranchir de cet éternel conflit intérieur et extérieur, comment se libérer des guerres, comment atteindre la

paix, ce que signifie la liberté. Nous sommes toujours à demander, à demander, à demander, et du fait même que nous posons une question, il est impliqué que nous attendons une réponse de quelqu'un, quelqu'un qui soit une autorité, qui sache, dont la compréhension de la vie soit profonde. Nous nous tournons vers les autres et par cela même nous dépendons, nous devenons captifs des opinions de ceux qui sont les plus intelligents, des anciens instructeurs, ou au contraire des penseurs érudits dernier cri.

Ce sont les opinions qui nous intéressent or elles ne sont pas la vérité. Discuter d'opinions n'a pas de sens. Cela ne conduit qu'à des arguties habiles, dialectiques, intellectuelles. Pour découvrir quoi que ce soit en tant qu'être humain total, notre façon de poser la question, le motif secret qu'elle recouvre, le but qu'elle se propose, sont de la première importance, parce que la réponse est habituellement contenue dans le motif. Si vous avez un but en posant une question, ce but même dicte la réponse. Votre question a déjà reçu sa réponse et elle n'a par conséquent aucune espèce de valeur, parce que vous avez un motif, un but, une intention, une direction dans laquelle vous vous êtes aimantés, et vous posez cette question pour voir si cette direction est bonne ou mauvaise. L'homme qui se pose une question avec un mobile est véritablement très superficiel, parce que la réponse lui est déjà dictée, elle est conditionnée par ce but, cette orientation, ce mobile. Etes-vous capables de poser une question sans avoir un but, un objet de recherche ? Voilà le véritable problème qu'il est intéressant d'approfondir. Nos vies sont troublées ; nous sommes dans la confusion et la souffrance ; nous sommes dans la douleur ; il y a d'incessantes guerres qui menacent notre sécurité ; il y a des idéologies, des théories, des dogmes, des croyances, des peurs, toutes ces choses que nous avons héritées du passé. Nous voulons des réponses à toutes ces questions. C'est une exigence normale et saine que de se demander s'il est possible de s'affranchir de toutes ces choses, mais, comme nous venons de le dire, poser une question avec un mobile a très peu de sens profond.

Sommes-nous capables de poser une question et d'en rester là, sans chercher à trouver une réponse, une solution

à tous nos problèmes ? Il *existe* une solution, une solution totale, une réponse complète à tous nos problèmes, que ce problème soit celui de la mort, de l'amour, de la fin des guerres, de tous les antagonismes, de tous les préjugés de race et de classe, de toutes les absurdités du mental. Il *existe* une réponse, mais il est de première importance que la question soit bien posée, chose qui apparemment est très difficile pour nous. Nous sommes si avides de trouver une réponse, une solution, parce que ce sont les choses urgentes de la vie quotidienne qui nous intéressent, ce qui va se passer maintenant. C'est l'impatience qui dicte la réponse. Et la réponse est invariablement réconfortante, satisfaisante, et nous nous figurons l'avoir trouvée.

S'il vous plaît, que ce point soit très clair pour nous, qu'au courant de ces causeries vous ne vous contentiez pas d'écouter l'orateur. En lui-même l'orateur n'a aucune valeur du tout, pas plus que ce qu'il dit. Ce qui a de la valeur c'est comment vous vous comprenez vous-même en écoutant les paroles qu'il prononce. Il est comme un miroir où vous vous voyez réfléchis. Le contenu de votre conscience, votre activité quotidienne, vos exigences inconscientes, vos buts, vos effrois se déroulent devant vous. Quand vous écoutez ainsi vous commencez à découvrir par vous-même, non pas les idées, les conclusions, les affirmations de l'orateur, mais plutôt vous voyez par vous-même ce qui est vrai et ce qui est faux. Dès l'instant où vous comprenez par vous-même, en tant qu'être humain global, ce qui est vrai, tout le problème est résolu pour vous ; mais si vous prêtez à l'orateur une attention purement intellectuelle, discutant intérieurement avec lui, préoccupés de telle ou telle opinion, de la vôtre, de votre savoir accumulé, des conclusions que vous avez acquises par l'intermédiaire d'une tierce personne, vous comparez éternellement ce que dit l'orateur avec ce qu'a pu dire quelqu'un d'autre. Vous demeurez dans le monde des mots, des opinions, des conclusions et elles ont très peu de valeur. J'espère bien que vous allez écouter, mais non à partir des souvenirs du connu. Et c'est là une chose très difficile à faire. Vous écoutez quelque chose et immédiatement votre esprit réagit avec ce qu'il sait déjà, ses conclusions, ses opinions, ses souvenirs passés. Il écoute, escomptant une compréhen-

sion future. Observez-vous, comment vous écoutez, et vous verrez que c'est bien cela qui se passe. Ou bien vous écoutez étant pleins de conclusions, de savoir accumulé, de certains souvenirs, de certaines expériences, ou bien vous désirez une réponse et vous êtes impatients. Vous voulez savoir de quoi il s'agit, quel est le sens de la vie, de son extraordinaire complexité. Vous n'écoutez pas vraiment. Vous ne pouvez écouter que quand l'esprit est tranquille, quand il ne réagit pas immédiatement, quand il s'écoule un intervalle entre votre réaction et les paroles prononcées. Dans cet intervalle il y a une tranquillité, un silence au sein duquel seule peut naître une compréhension qui ne soit pas purement intellectuelle. S'il existe un intervalle entre les paroles prononcées et votre réaction à ces paroles, dans cet intervalle, — que vous le prolongiez indéfiniment pendant une longue période ou pendant quelques secondes, — dans cet intervalle, si vous voulez bien observer, s'établit un état de clarté. Cet intervalle est le cerveau neuf. La réaction immédiate c'est le cerveau ancien, et celui-ci fonctionne selon son habitude traditionnelle, acceptée, réactionnaire, animale. Quand ces réactions sont en sommeil, suspendues, quand il y a un intervalle, vous vous apercevrez que le cerveau neuf agit, et ce cerveau neuf est seul capable de comprendre, et non pas l'ancien.

Il est important de comprendre le fonctionnement, l'opération, l'activité du cerveau traditionnel. Quand le cerveau neuf entre en action, l'ancien ne peut absolument pas le comprendre. Ce n'est que quand le cerveau ancien, notre cerveau conditionné, animal, ce cerveau qui a été élaboré pendant des siècles et des siècles, qui éternellement recherche sa propre sécurité, son propre confort, ce n'est que quand ce cerveau ancien est tranquille et calme que vous pourrez vous apercevoir de l'existence d'un mouvement entièrement différent, et c'est ce mouvement qui peut vous donner la clarté. Ce mouvement est en lui-même clarté. Pour comprendre, c'est le cerveau ancien qu'il faut pénétrer, dont il faut prendre conscience, connaissant tous ses mouvements, ses activités, ses exigences, ses mobiles, et c'est là que la méditation prend son importance. Je n'entends pas par ce mot l'entretien absurde et systéma-

tisé de certaines habitudes de penser, et tout ce qui s'ensuit ; tout cela est enfantin et puéril. Par « méditation » j'entends comprendre les agissements du cerveau ancien, l'observer, savoir comment il réagit, quelles sont ses réponses instinctives, ses tendances, ses exigences, ses démarches agressives, connaître tout cela, le conscient aussi bien que l'inconscient. Quand vous le connaissez, quand vous en êtes conscients, sans vouloir agir sur lui ou le diriger, sans vous dire : « Voici qui est bon, voilà qui est mauvais ; ceci on peut le conserver, mais cela non. » Quand vous voyez le fonctionnement du cerveau traditionnel dans son entier, quand vous le voyez dans sa totalité, alors il devient silencieux.

Puis vous devez encore examiner la question de ce que c'est que de voir, d'observer, de percevoir. Je me demande comment vous voyez les choses. Les voyez-vous avec vos yeux, avec votre mental ? Très évidemment vous voyez les objets avec vos yeux, mais vous les voyez encore beaucoup plus rapidement avec le mental. Vous voyez le monde infiniment plus rapidement que l'œil n'est capable de le faire. Vous voyez avec votre mémoire, votre savoir accumulé et quand vous voyez ainsi, c'est-à-dire avec votre mental, vous voyez ce qui a été et non pas ce qui est véritablement.

S'il vous plaît, comme je l'ai dit plus haut, *faites* ce que nous disons, faites-le vraiment au moment même où nous écoutons ; autrement dit : voyez comment notre esprit regarde, faisant appel à tout son savoir du passé empreint de nos souffrances, de nos anxiétés, de nos culpabilités, de notre désespoir, de nos espérances, de tout ce que nous avons accumulé, et qui est le passé. C'est avec tout cela que nous regardons et, par conséquent, si nous contemplons l'esprit d'autrefois, nous le contemplons encore avec le savoir de cet esprit d'autrefois. Et par conséquent nous ne regardons pas du tout. Pour regarder n'importe quoi, quoi que ce puisse être, — votre propre esprit en action, un arbre, le mouvement du fleuve, les nuages qui se suivent au-dessus de la vallée, — pour regarder vraiment, tout le passé doit être silencieux. Afin de regarder, tout ce que vous savez de vos propres intentions, de vos soucis, de vos problèmes personnels, tout cela doit être complètement mis de côté, autrement dit il faut qu'il y ait une liberté

totale de regarder ce cerveau si compliqué, mangeur de temps, lequel est le passé ; il faut qu'il y ait la liberté d'observer toutes ses réactions, de lui permettre de se révéler. Alors vous pouvez observer.

Nous ne pouvons pas observer si nous nous sommes entourés de mécanismes de défense, de résistances, et la plupart d'entre nous avons soigneusement élaboré ces mécanismes qui nous empêchent de regarder. Nous sommes des chrétiens, des hindous, des athées, des communistes et Dieu sait quoi d'autre. Nous sommes toutes ces choses et c'est à travers cet écran, cette activité de l'esprit de jadis, que nous contemplons la vie ; jamais nous ne contemplons cet esprit de jadis dans la liberté. Or cet esprit d'autrefois réagira, se manifestera seulement dans la liberté. Si je suis hérissé dans une attitude défensive, afin de m'en rendre compte il faut que je sois libre de regarder, et c'est dans la liberté seule que nous *sommes capables de regarder*, de comprendre. C'est dans la liberté seule que le passé réagit naturellement de façon à ce que nous puissions le comprendre. Il me semble que jamais nous ne demandons, jamais nous n'exigeons d'être complètement libres. Nous demandons une liberté sous condition, être libres de quelque douleur immédiate, de quelque anxiété, de quelque problème. Mais un tel désir de liberté immédiate n'est pas la liberté vraie. La liberté vraie est totale. Par elle seule nous pouvons découvrir, comme le font les grands savants. Ce n'est que quand ils sont complètement libres dans leur laboratoire ou dans tout autre lieu de travail, qu'ils peuvent découvrir quelque chose de totalement neuf. Ailleurs, ils sont des êtres humains comme tous les autres.

Exiger la liberté totale, insister sur sa nécessité nous donnera la révélation facile et naturelle des différents conditionnements, des résistances que l'homme a soigneusement construits à travers les âges. C'est dans cette révélation du passé que l'homme commence à être libre, vraiment libre du passé, à la fois dans le conscient et dans l'inconscient.

☆ *Comment peut-on explorer l'inconscient ?*

★ Tout d'abord, qu'est-ce que l'inconscient ? Nombreux

sont ceux qui ont écrit à ce sujet, tout pleins qu'ils étaient de préjugés, de conclusions, de points de vue personnels, mais si vous rejetez tout cela, si vous rejetez complètement ce qui a été dit par d'autres, alors vous pouvez commencer à rechercher par vous-même ce qu'il en est vraiment. Vous ne dépendez pas alors des paroles d'autrui. Qu'est-ce que l'inconscient ? Vous attendez-vous à ce que je vous le dise ou regardez-vous en vous-même ? Et comment interrogez-vous ? Vous n'êtes capable d'interroger vraiment que quand vous portez à la question un intérêt passionné. Si vous *désirez* véritablement savoir, non pas par une fantaisie passagère, intellectuellement ou par curiosité, si vous désirez *vraiment* le savoir avec passion, profondément en vous-même, savoir ce que c'est que cet inconscient, alors qu'est-ce qui se passe ? Qu'est-ce qui se passe si vous vous intéressez passionnément à découvrir par vous-même en tant qu'être humain total, rejetant tout ce que les autres ont pu dire ? Votre esprit prend une acuité intense ; il devient extraordinairement actif, il regarde, il ne pose pas de question, il observe, il est à l'écoute. Il y a une différence entre poser une question et regarder. Quand vous posez une question vous attendez une réponse, et cette réponse dépendra toujours de votre conditionnement, de vos tendances, de vos espérances, de vos craintes. Mais si vous *observez* il n'y a plus de question, vous n'exigez rien, vous regardez. J'espère que vous voyez la différence entre les deux : questionner et observer. En ce moment vous observez, ce qui veut dire que vous êtes entièrement vivant, actif, n'attendant aucune réponse de personne, et par conséquent vous n'avez pas peur de découvrir. Vous ne répétez pas ce qui a été dit par quelqu'un d'autre. Et que découvrez-vous ?

☆ *Comment puis-je comprendre l'inconscient ?*

★ Ne parlons-nous pas de deux choses différentes ? Nous nous servons du mot « comprendre » dans le sens d'observer, de savoir, de connaître à fond, d'en voir tout le contenu, comment il agit, comment il fonctionne, comment il bouillonne, tout. Et je dis : « Découvrez-vous par vous-même

ce que c'est que l'inconscient. Ou bien le regardez-vous à partir du connu, des opinions des autres personnes ? » Maintenant observez-le ! Je vous en prie, regardez-le soigneusement. Si vous le regardez ayant dans l'esprit le savoir accumulé d'autrui, cela fait déjà partie de l'inconscient, n'est-il pas vrai ?

☆ *Comment pouvons-nous expliquer aux enfants ce qui se passe après la mort ?*

★ Madame, nous discutons de quelque chose d'entièrement différent, n'est-il pas vrai ? Cette question de la mort et tout ce qui s'ensuit nous en parlerons un autre jour.

☆ *Je croyais que vous aviez fini.*

★ Ah ! non, non ! Comment en finir avec cette question en deux minutes ? Comprenez-vous ce que je viens de dire ? Si je regarde l'inconscient à partir du connu, de ce que d'autres ont dit là-dessus, je fonctionne déjà dans le passé ; je ne regarde pas. Et ce qui a été dit à ce sujet est déjà *devenu* de l'inconscient. Je découvre que mon inconscient c'est tout ce qui a été dit sur la mort, Dieu, le communisme, comment je devrais me comporter, la race, l'héritage racial, tout le passé, *voilà* l'inconscient. Et je l'ai *découvert* ! Ce n'est pas une chose que je répète, et par conséquent ce que j'ai découvert a sa propre vitalité.

☆ *Si nous sommes tout cet arrière-plan, ce passé, qui est l'observateur qui regarde ? Comment établir une séparation entre le passé et l'entité qui dit : « Je le regarde ? »*

★ Qui est l'entité, l'observateur qui contemple le passé ? Qui est l'entité, la pensée, l'être, tout ce que vous voudrez, qui dit : « Je contemple l'inconscient ? »

Il y a une séparation entre l'observateur et la chose observée. *Ceci est-il vrai* ? L'observateur n'est-il pas la chose

observée ? Et par conséquent il n'y a pas de séparation du tout ! Examinez ceci lentement. Si nous pouvions comprendre cette unique chose, il se passerait le phénomène le plus extraordinaire. Comprenez-vous la question ? Il existe un inconscient aussi bien que le conscient, et j'affirme qu'il me faut connaître la question à fond ? Il faut que j'en connaisse le contenu et aussi cet état de la conscience où il n'y a plus de contenu, c'est l'état suivant que nous approfondirons si nous avons le temps.

Je regarde. Je dis : l'observateur dit que l'inconscient c'est le passé ; l'inconscient c'est la race où je suis né, la tradition, non seulement la tradition de la société mais celle de la famille, le nom, le résidu de toute la culture indienne, le résidu de toute l'humanité avec ses problèmes, ses anxiétés, sa culpabilité et ainsi de suite. Je suis tout cela, et cela c'est l'inconscient, le résultat du temps, de milliers et de milliers de journées écoulées, et il y a le « moi » qui observe. Et maintenant, *qui est l'observateur* ? Encore une fois découvrez cela par vous-même ; trouvez qui est l'observateur ! N'attendez pas que je vous le dise !

☆ *Celui qui observe, c'est celui qui regarde.*

★ Mais qui est celui qui regarde ? L'observateur est la chose observée. Attendez, attendez ! Madame, ceci est très important. L'observateur est la chose observée. Il n'y a entre eux aucune différence, ce qui veut dire que l'observateur *est* la chose observée. Alors, que peut faire l'observateur pour agir sur l'inconscient ?

☆ *Rien !*

★ Non, madame, ceci est vraiment une question très importante. Vous ne pouvez pas la mettre de côté en disant : « rien » ! Si je suis le résultat du passé et je *suis* le passé, je ne peux faire absolument rien pour agir sur l'inconscient. Mais voyez-vous ce que cela implique ? Si je ne peux rien faire à son sujet j'en suis affranchi ! Ah ! non, non, madame, ne soyez pas si pressée de vous dire d'accord ;

ceci exige une grande attention. Si je suis incapable de faire la moindre chose, à n'importe quel niveau, pour agir sur la souffrance physique aussi bien que psychologique, si je ne peux absolument rien faire parce que l'observateur est la chose observée, alors j'en suis complètement affranchi. C'est seulement quand j'ai l'impression de pouvoir faire quelque chose que je suis pris dans le réseau.

☆ *Qu'est-ce qui se passe quand je ne peux rien faire : le passé n'est-il pas le présent ? L'esprit est captif dans ce filet et que peut-il faire ?*

★ Le présent est le passé modifié. Mais c'est encore le passé qui va créer le futur, le lendemain. Le passé, à travers le présent, est le futur. Le futur c'est le passé modifié. Nous avons partagé le passé en présent et en futur, et ainsi le passé est un mouvement perpétuel, modifié, mais c'est toujours le passé qui fonctionne. Et ainsi il n'y a pas de présent ! Le passé agit sans cesse, et bien que nous puissions le nommer « présent », et nous efforcer de vivre dans ce présent, nous efforcer de rejeter le passé ou l'avenir et nous dire : « Le présent est la seule existence qui importe », mais c'est encore le passé que nous partageons en présent et en avenir. Et maintenant que se passe-t-il, demande l'auditeur, quand je me rends compte que ce passé c'est moi-même, cet observateur qui examine le passé, quand je me rends compte que l'observateur est lui-même le passé ? Qu'est-ce qui se passe ? Qui va vous le dire ? L'orateur ? Si je vous le disais, si je vous disais ce qui se passe, ce serait une nouvelle conclusion qui tomberait dans l'inconscient. Vous fonctionneriez conformément à ce qui a été dit sans rien découvrir par vous-même. Quand vous attendez une réponse de l'orateur en réalité vous ne faites qu'accumuler. Cette accumulation est modifiée dans le présent et l'avenir et vous vivez constamment dans le courant du temps. Mais quand vous vous rendez compte que l'observateur, le penseur, *est* le passé et que, par conséquent, il n'y a pas de division entre l'observateur et la chose observée, alors toute activité de l'observateur cesse ! Voilà ce dont nous ne nous rendons pas compte.

☆ *Mais le temps est une illusion.*

★ Ah ! non, non ! Le temps n'est pas une illusion. Comment pouvez-vous dire que le temps est une illusion ! Vous allez déjeuner tout à l'heure, vous avez une maison, vous rentrez chez vous, vous allez prendre un train et votre voyage va durer cinq heures ou une heure. Tout cela c'est du temps. Ce n'est pas une illusion. Vous ne pouvez pas affirmer que c'est une illusion. C'est un *fait* que l'inconscient c'est le passé et l'observateur dit : « Il me faut vider le passé ; il me faut agir sur lui ; il me faut y résister ; il me faut le purifier ; il me faut écarter certaines conditions névropathiques, et ainsi de suite, et ainsi de suite. » Et ainsi lui, l'observateur, l'acteur, contemple tout cela comme une chose différente de lui-même ; si l'on veut bien y regarder de plus près l'acteur, l'observateur, *est* l'inconscient, il est lui-même le passé.

☆ *Mais comment vider le passé ?*

★ Vous ne le pouvez pas. Vous ne pouvez vider totalement le passé que quand il n'y a pas d'observateur. C'est l'observateur qui crée le passé ; c'est lui qui dit : « Il faut que j'agisse sur lui en fonction du temps. » Ceci est très important. Il est très important de comprendre, quand vous regardez un arbre, qu'il y a l'arbre et qu'il y a vous, l'observateur, qui le contemplez. Vous, qui le contemplez, avez à son égard certaines connaissances. Vous savez à quelle espèce il appartient, quelle est sa couleur, sa forme, sa nature ; s'il est bon. Vous en avez une certaine connaissance, donc vous le regardez comme un observateur qui a toutes sortes d'idées à son sujet, de la même façon que vous regardez votre femme ou votre mari avec le savoir hérité du passé, avec toutes ses blessures et tous ses plaisirs. Toujours vous regardez, l'observateur et la chose observée étant tous deux présents — deux états différents. Jamais vous ne regardez l'arbre. Vous regardez toujours à partir de ce que vous savez de cet arbre. C'est très simple. Pour regarder quelqu'un d'autre, — votre femme, votre mari, un ami, — il faut regarder avec un esprit neuf, plein de fraîcheur ; autre-

ment vous ne pouvez rien voir. Si vous regardez avec tout votre passé, vos plaisirs, vos souffrances, vos anxiétés, ce que lui ou elle a pu vous dire, tout cela demeure ; et c'est avec tout cela que vous regardez. C'est cela l'observateur. Si vous pouvez regarder un arbre ou une fleur ou un autre être humain sans l'observateur, il se produit une action entièrement différente.

10 juillet 1966.

II

Voulez-vous poursuivre le sujet dont nous parlions avant-hier ? Nous parlions en termes différents de l'importance d'une révolution totale de l'esprit. Nous sommes habitués à des changements fragmentaires, partiels, et ces changements se produisent soit par l'effet d'une contrainte, en vue de nous défendre, ou dans un but moral, éthique. Nous reconnaissons tous qu'une révolution fondamentale, totale, radicale de l'esprit est nécessaire. L'homme vit depuis si longtemps dans le conflit intérieur et extérieur, dans la souffrance, fonctionnant toujours dans les limites de son propre égotisme, les guerres, les ruses, la malhonnêteté, la cruauté, toutes ces choses qui nous sont si familières. Ceux d'entre nous qui sont quelque peu réfléchis voient bien l'importance, la nécessité d'un changement, de la naissance d'un esprit capable d'affronter tous ces problèmes, et de vivre pourtant dans ce monde, sans prendre refuge dans une vie monastique, mais de vivre néanmoins d'une façon totalement différente.

Nous voyons aussi qu'il se produit des modifications fragmentaires par l'action de la volonté. Je désire changer. Je fais un grand effort de volonté, et avec persévérance, avec constance, je m'efforce à une telle modification, mais un changement total ne se produit pas. Il y a sans cesse cette lutte extraordinaire qui se poursuit en soi, laquelle se manifeste dans notre comportement, dans nos rapports extérieurs. Si l'on veut bien s'y appliquer sérieusement, comment peut-on susciter une transformation complète de l'esprit ? Nous avons dû nous poser cette question maintes et maintes fois, que faire ? On sait bien que nous manquons de sensitivité, d'affection, d'une qualité vaste et profonde

de tendresse véritable, d'une tendresse qui n'est pas souillée par l'intérêt personnel ou l'apitoiement sur soi. On sait bien que l'on fonctionne toujours dans le cercle de l'*ego*, de cette éternelle activité égocentrique. Sachant tout cela, que faire ? Comment briser ces barrières de défense, afin d'être complètement libre du conflit, de la souffrance, de la douleur, de tout cet effort de l'existence humaine ?

Voilà ce dont nous allons discuter : est-il possible de vivre dans l'instant présent, d'une façon si complète que le temps n'existe plus ; est-il possible de ne pas nous modifier par degrés ; de ne pas espérer être libre dans l'avenir ou dans une vie future, si elle existe ; ne pas penser sans cesse que l'on deviendra quelque chose d'autre demain. Comment ceci peut-il se produire ?

Les gens s'y sont essayé de différentes façons. Parfois ils se sont forcé à ne pas penser du tout, parce qu'ils ont vu cette vérité, que la pensée est à l'origine de tout le mal. Ils ont tâté des drogues, plus ou moins fortes, drogues par lesquelles ils espèrent accroître leur sensitivité, donner à leurs actions une coloration différente. Ils ont essayé des drogues qui chassent toute espèce de peur, de sorte qu'il n'y a plus d'autoprotection, de sorte qu'ils sont complètement ouverts à l'extérieur, qu'il n'y a plus aucune idée du « moi ». Ils ont fait des essais innombrables, s'identifiant avec une idée à laquelle ils donnent le nom de Dieu, ou avec l'Etat, ou avec une existence future. Ils acceptent les anxiétés, les douleurs, les souffrances constantes. Tout ceci nous le savons. Nous avons tâté de toutes ces choses. Peut-être ont-elles eu un certain effet temporaire pendant un ou deux jours. Mais bientôt ce soulagement s'émousse et nous nous retrouvons, peut-être avec une sensibilité un peu intensifiée, mais de nouveau dans la même routine quotidienne, dans la même existence morne, journalière, fermée, nous résignant à notre souffrance, nous défendant, nous querellant, passant ainsi notre vie jusqu'au moment où vient la mort. Encore une fois, tout ceci nous le savons. Et nous nous demandons s'il est possible de rejeter, de laisser tomber, d'écarter complètement ce genre d'existence, et d'avoir un esprit entièrement différent, une existence entièrement autre, de sorte qu'il ne demeure aucune division entre la nature et nous-mêmes, entre nous-mêmes et les autres, et

de sorte qu'il y ait une qualité plus intense et plus profonde dans la signification de la vie. Je crois que c'est bien là ce que nous recherchons, la plupart d'entre nous. Peut-être n'arrivons-nous pas à l'exprimer en paroles, à l'articuler, mais profondément c'est bien là, ce que la plupart d'entre nous désirent, et non pas tellement un bonheur personnel. Celui-ci a véritablement peu de sens, mais ce qui a un sens considérable, c'est une vie dont la signification est immense en elle-même, une vie complètement dépourvue de conflits et d'où le temps est entièrement absent. Est-ce possible ?

On peut se poser cette question intellecteullement, verbalement, théoriquement. Mais, ainsi posée, elle conduit très évidemment à une réponse théorique, à une possibilité, objet d'une hypothèse purement conceptuelle et dépourvue de tout contenu réel. Mais si cette question est posée sérieusement, avec une intention, une passion totales, parce que l'on voit l'entière futilité de la vie telle qu'on la mène, si on se la pose véritablement, alors quelle est la réponse ? Que doit-on faire ou ne pas faire ? Il me semble qu'il est d'une importance primordiale de se poser cette question soi-même, de ne pas endosser celle qui vous est soumise par l'orateur, parce qu'une question posée par quelqu'un d'autre n'a qu'une portée très superficielle. Mais si on se le demande avec un sérieux total, et par conséquent avec intensité, il s'établit alors un rapport avec l'orateur, l'esprit est prêt à examiner, à pénétrer profondément sans motif ultérieur, sans but, sans orientation, mais avec un sentiment d'urgence qui exige une réponse, une urgence qui rejette le temps, le savoir, et qui creuse véritablement afin de découvrir s'il est possible de briser les limites de l'activité égocentrique.

Nous parlions de cela avant-hier, de l'observateur et de la chose observée. Nous disions que l'observateur *est* la chose observée, que la conscience dans son entier, c'est-à-dire la psyché-pensée, sentir, agir, réfléchir, — tout le tourbillon, la confusion, la souffrance dans laquelle nous vivons, — tout cela est dans le cycle de l'observateur et de la chose observée. Ecoutez je vous prie, si je puis vous le suggérer, non pas ce que dit l'orateur, mais le fait, votre propre esprit quand il entend cette affirmation que toute conscience est divisée en observateur et chose observée. Il y a celui qui

est assoiffé d'expériences, que ce soit en vue du plaisir ou pour écarter la souffrance, qui exige toujours plus, qui accumule sans cesse : savoir, douleur, souffrance ; le penseur, l'observateur, celui qui fait les expériences, et il y a les choses observées, des expériences dont il est distinct. Il y a celui qui dit : « Je suis en colère. » Le « je » est alors différent de la colère. Il y a la violence et l'entité qui la ressent. Dès l'instant où l'on dit : « Je suis jaloux », la jalousie est quelque chose de différent de l'entité qui la ressent. Quand on regarde un arbre, sa femme ou son mari, quelque autre personne, il y a l'observateur qui voit la chose observée. L'arbre est différent de l'observateur, toute notre conscience, notre existence, se partagent entre l'observateur, l'expérimentateur, le penseur et la pensée, l'expérience, la chose observée. Il y a un fort sentiment sexuel, ou un sentiment de violence. Je suis différent de ce sentiment ; il me faut agir sur lui ; faire quelque chose. Mais que faire ? Je dois le faire et je ne dois pas. Que faire et que ne pas faire ? Il y a cette division éternelle et tout cela c'est notre conscience. Toute modification qui se produit au sein de cette conscience n'est pas une modification du tout, parce que toujours l'observateur demeure séparé de la chose observée. Tant que ceci n'est pas compris, il est impossible d'aller plus loin.

Quand je dis : « Je suis agressif ; je ne devrais pas l'être », ou « je me complais à cette agressivité », en tout cela il y a le « moi » qui est agressif. L'agressivité est quelque chose de différent de moi-même. Je dois m'accomplir ; cet accomplissement est autre chose que l'entité qui s'y efforce. Il existe toujours cette division, et c'est dans les limites de ce champ que nous cherchons à changer. Nous essayons de dire que nous ne devons pas être violents ; que nous devons devenir non-violents ; que nous ne devons pas être agressifs ; que nous devons être moins agressifs ; que nous ne devons pas nous accomplir. Tout ceci se passe toujours dans le même champ, et dans ce champ il n'y a aucune possibilité d'un changement radical.

Pour que se produise une révolution complète de l'esprit, l'observateur doit cesser d'exister totalement, parce que l'observateur est la chose observée. Quand vous êtes en colère, la colère n'est pas autre chose que l'observateur.

L'observateur est colère. Quand vous dites que vous êtes un Français, un Allemand, un Hindou, un communiste ou tout ce que vous voudrez, l'idée c'est le « vous ». Et ce vous n'est pas différent de l'idée. Sil doit se produire une révolution totale, et il faut qu'elle se produise, vous ne pouvez pas continuer d'exister comme vous le faites, plongés dans une lutte constante, intérieure et extérieure, dans la confusion, dans la souffrance, avec un sentiment de culpabilité, d'échec, de solitude. En tout cela il n'y a aucune qualité d'affection ou d'amour. L'amour et l'affection sont entourés, emprisonnés dans un cercle de jalousie, d'anxiété et de peur. Il n'y a donc de changement total que quand l'observateur est la chose observée, et que l'observateur est incapable de faire quoi que ce soit pour agir sur ce qu'il observe.

Pouvons-nous discuter de ces choses pendant un instant ? Et après je parlerai encore un peu.

☆ *Mais, monsieur, suis-je l'arbre ?*

★ Très évidemment vous n'êtes pas l'arbre. Vous êtes une entité complexe, ayant votre nationalité, vos tendances, vos ambitions, vos peurs, vos frustrations, mais vous n'êtes pas l'arbre. En cherchant à vous identifier à l'arbre vous ne l'êtes toujours pas. Vous ne pouvez jamais l'être. Mais si vous, en tant qu'observateur, cessez d'être, vous contentant de regarder l'arbre, indépendamment de tout votre conditionnement, il s'établit dès lors un rapport entièrement différent entre l'arbre et vous-même.

Voyez, monsieur, la plupart d'entre nous sommes violents et agressifs. C'est le résidu en nous de l'animal. Comment nous affranchir de cette violence et de cette agressivité ? Très évidemment pas en nous contentant de dire que nous ne devons pas être violents. Cela ne nous conduit nulle part parce que, en parlant ainsi, nous allons simplement affirmer intellectuellement ce que nous ne devons pas être ; et nous sommes dans un état de conflit constant, luttant pour ne pas être violents. Mais la lutte même pour ne pas être violent *est* violence. Nous ne sommes pas disciplinés ; il n'y a pas en nous d'ordre profond ; et nous nous disciplinons du matin jusqu'au soir. Ou tout au

moins un grand nombre de soi-disant saints affreux, s'y efforcent. Tous les saints sont affreux. Ils se sont constamment soumis à la contrainte pour se discipliner, pour se conformer à un modèle, à un modèle qu'ils ont établi eux-mêmes, ou qui a été établi pour eux par un autre, et ils essaient de battre leur propre record. Ils s'efforcent tout le temps, se disciplinant, et cet effort qui mène à la conformité, cette discipline *est* violence, la chose même qu'ils cherchent à éviter. Ils ne sont pas affranchis de la violence.

Comment puis-je moi, un être humain qui porte en moi les résidus de l'animal, qui suis violent, agressif, brutal, sans cesse dressé pour me défendre — comment puis-je être totalement affranchi de toute cette violence ? Si je fais des efforts pour ne pas être violent, par là même, je le suis encore. Si je fais n'importe quel effort pour être non-violent, l'effort même pour être non-violent fait partie de la violence. Alors que faire ? Il me faut tout d'abord voir que l'entité qui s'efforce vers la non-violence est en elle-même violence. Et par conséquent cette entité ne peut rien faire. C'est assez subtil et difficile à comprendre. Peut-être que je le comprends verbalement, intellectuellement, mais le comprendre vraiment est quelque chose d'entièrement différent.

Je me rends compte que tout ce que je suis est violence, non pas passagèrement, mais tout le contenu de moi-même est violent parce que j'ai toujours été entraîné à faire des efforts, à dominer, à me défendre, à être agressif. Et que faire ? Tout mouvement dans le sens de la non-violence est encore violence. N'importe quel mouvement de l'observateur pour être non violent fait partie de la violence parce que l'observateur est la chose observée. Si ceci est véritablement clair, que l'observateur est la chose observée, alors toute action de l'observateur cesse, et quand l'activité de l'observateur cesse, il s'établit une activité totalement différente.

☆ *Mais on ne peut pas arrêter l'activité.*

★ Monsieur, s'il vous plaît, écoutez ceci. Nous y mettrons le temps voulu. Nous l'approfondirons lentement ; ne soyez pas impatient. Vous regardez un arbre. Qu'est-ce qui se passe vraiment ? Il y a des vibrations qui viennent de la

vision de l'arbre au moment où les yeux sont tournés vers lui, et tout aussitôt, la connaissance de cet arbre prend naissance. Vous dites : « Ça, c'est un pin », « il me plaît », ou bien encore « il ne me plaît pas », « il me donne le rhume des foins et je dois m'éloigner ». Vous regardez cet arbre avec tout l'arrière-plan, avec tout ce que vous savez, avec toutes vos idées. Vous ne pouvez pas arrêter les pensées, détruire le connu, toutes ces choses qui surgissent en réaction dès que vous regardez l'arbre. Que regardez-vous vraiment ? Ce n'est pas l'arbre que vous regardez, mais vous regardez l'arrière-plan qui, lui, regarde l'arbre. Et maintenant ne vous préoccupez par de l'arbre, mais observez l'arrière-plan. Comment le regardez-vous ? Dans un esprit de condamnation ? Etes-vous en train de vous dire : « Il m'empêche de regarder l'arbre et par conséquent il faut que j'y mette fin ; il faut que je le brise ? » Comment le regardez-vous ? Comme quelqu'un qui est autre chose que l'arrière-plan ? Le regardez-vous en tant qu'observateur voyant une chose observée, ou bien vous contentez-vous de regarder l'arrière-plan, sans qu'intervienne l'observateur ? Et si l'observateur n'existe plus, y a-t-il un arrière-plan ?

L'arbre en lui-même n'a aucune importance. Ce qui est important c'est comment vous regardez, quel est votre arrière-plan, et comment vous voyez cet arrière-plan. Ainsi, la connaissance de soi est de la plus grande importance. Sans connaître toutes les réactions, l'arrière-plan, la conscience, les exigences, les peurs, tout ce qui constitue le « je », sans connaître tout cela, il est absolument inutile de regarder l'arbre sans l'observateur. Ce qui vous préoccupe c'est de voir l'arbre, de vous identifier à lui et d'en obtenir une sensation extraordinaire. Si vous êtes à la recherche d'une sensation extraordinaire, il faut plutôt prendre du L.S.D., de l'acide lysurgique. Cela vous procure une sensitivité accrue, temporairement, et pendant ce temps il n'existe plus de division entre l'arbre et vous. Ce n'est pas que vous êtes l'arbre, mais il n'y a plus de division, plus de temps, plus d'intervalle. Il y a un sentiment intense de l'unité de vous-même, de votre unité avec l'univers, vous n'êtes plus distinct de l'univers entier. (Ce n'est pas que personnellement j'aie jamais pris du L.S.D. !)

Vous devez comprendre votre propre nature, vos tendan-

ces, vos particularités, vos préjugés, la structure de vos rapports avec vos voisins, l'anatomie de la peur qui vous tient prisonnier, le désir de vous accomplir, d'être quelqu'un, avec tout ce que cela comporte de frustrations, la recherche du plaisir sexuel, ou de tout autre plaisir. Si l'esprit n'est pas conscient de toutes ces choses, le conscient aussi bien que l'inconscient, alors l'intervalle entre la nature et vous-même ne peut jamais être transcendé.

Il est très important de découvrir comment vous vous regardez vous-même, quelle est l'entité qui regarde. L'observateur qui se regarde est-il différent de l'objet de son observation ? Très évidemment pas ! Le penseur qui regarde ou le centre, celui qui pèse, celui qui juge et qui s'observe, est élaboré, sécrété par la pensée, il est par conséquent le résultat de la pensée. Il n'y a pas de différence entre le penseur et la pensée, ils sont une seule et même chose. Quand une fois vous vous rendez compte de cela d'une façon totale et non partielle, alors tout le contenu de l'inconscient se dévoile avec aisance parce qu'il n'y a plus de résistance, de condamnation, de jugement. C'est un mouvement où tout l'arrière-plan se meut, est en fluctuation, et prend fin. Quand une chose est en mouvement constant il n'y a pas de point immobile, et par conséquent pas de résidu.

Voilà le problème véritable pour tout homme intelligent et sérieux. Ayant vu le monde, l'humanité, le « je », et la nécessité d'une révolution complète et radicale, il se demande comment il est possible de la susciter ? Il ne peut le faire que quand l'observateur n'exerce aucun effort pour changer quoi que ce soit parce qu'il fait lui-même partie de ce qu'il s'efforce de changer. Et par conséquent toute action de la part de l'observateur cesse, et dans cette inaction totale il y a une action entièrement différente. Tout ceci n'a rien de mystérieux ou de mystique. C'est un pur et simple fait. Je commence non à la fin ultime du problème, qui est la cessation de l'observateur, je commence avec des choses simples. Suis-je capable de regarder une fleur sur le chemin, ou dans ma chambre, sans qu'immédiatement prennent naissance des pensées, des pensées qui disent : « C'est une rose ; j'en aime le parfum, l'odeur », et ainsi de suite, et ainsi de suite, et ainsi de suite ? Suis-je capable simplement d'observer sans qu'intervienne l'observateur ? Si vous

n'avez jamais fait cela, faites-le, au niveau le plus bas, le plus simple. Au fond, ce n'est pas vraiment le niveau le plus bas, parce que si vous savez comment faire *cela* vous avez tout fait. Dès cet instant, vous êtes capables de vous regarder vous-mêmes sans l'observateur ; sans l'observateur vous pouvez regarder votre femme, votre mari, les exigences de la société, votre chef de bureau. Vous verrez que tous vos rapports subissent un changement complet, parce qu'il n'y a plus de peur, d'autoprotection.

C'est une des choses les plus faciles dans la vie que d'écouter quelqu'un vous raconter quelque chose, d'accumuler du savoir, de lire des livres traitant de la psychologie, ou des dernières découvertes scientifiques. Tout cela, vous l'accumulez, vous vous en bourrez, et vous vous efforcez de l'utiliser dans votre vie quotidienne, ce qui veut dire que vous cherchez à vous conformer, à imiter ce qui a été, le passé. *Toujours* vous vivez dans le passé. Le passé est votre existence même. Alors viennent les existentialistes et ils disent : « Il faut vivre dans le présent. » Qu'est-ce que cela veut dire, le présent ? Avez-vous jamais essayé de vivre dans le présent, de nier le passé, de nier le futur, et de vivre complètement dans le présent ? Comment nier le passé ? Vous ne pouvez pas l'effacer ! Le passé est de la nature même du temps, vos souvenirs, vos espérances, votre conditionnement, vos tendances, vos poussées intérieures, vos instincts animaux, vos intuitions, vos exigences, vos buts. Tout cela est le passé. Toute votre conscience *est* le passé, le passé dans son entier. Et dire : « Je vais rejeter tout cela et m'efforcer de vivre dans le présent », cela n'a pas de sens ; et si vous comprenez le processus du temps, qui est le passé, tous les conditionnements, l'arrière-plan qui coule à travers le présent et enjambe le futur, si vous comprenez tout ce mouvement du temps, alors quand il n'y a plus d'observateur, celui qui dit : « Je dois devenir », ou « il ne faut pas que je sois », alors seulement, il est possible de vivre ni dans le passé, ni dans l'avenir, ni dans le « maintenant », vous vivez alors dans une dimension entièrement différente qui est sans rapport aucun avec le temps.

Si vous écoutez comme la plupart de vous l'avez fait, les paroles de l'orateur depuis quarante années ou plus, vous êtes encore pris dans le réseau du temps. Mais si vous écou-

tiez votre propre processus, votre propre pensée, vos idées, vos motifs, vos peurs, si vous les compreniez totalement et non pas fragmentairement, alors l'orateur et vous-même pourriez vivre à un niveau qui n'est pas celui de cette petite vie mesquine.

☆ *Toute ma vie est un processus mécanique. Le voir, cela fait-il partie aussi de la conscience ?*

★ Evidemment, tant qu'il y a l'observateur.

☆ *Quel rapport existe-t-il entre le cerveau qui accumule les expériences quotidiennes et le cerveau neuf ?*

★ Comment le découvrir ? Les événements quotidiens j'en ai besoin ; j'ai besoin de connaissance techniques ; j'ai besoin de ma mémoire si je veux rentrer chez moi, si je veux reconnaître ma femme, mon mari, ma maison, ma situation. Quel rapport existe-t-il entre tout cela et ce quelque chose qui n'est pas simplement du connu, une simple accumulation du passé ? Quel rapport existe-il entre ce qui est élaborée par le temps, qui est le résultat du temps, et quelque chose qui est hors du temps ? Il n'y a pas de rapport. Comment pourrait-il y en avoir ? Comment une action routinière, un processus mécanique peut-il avoir un rapport quelconque avec une chose qui n'est ni mécanique, ni routinière ? Il faut qu'il y ait un fonctionnement mécanique et en même temps un fonctionnement entièrement différent qui ne connaît pas le temps.

Nous allons approfondir ce point. Il faut comprendre le temps. Le processus du temps est mécanique : hier, aujourd'hui, demain ; ce que je fus, ce que je suis, ce que je serai. Accumulation, mémoire, identification, toutes les querelles, tout le désir de s'accomplir, tout cela c'est un processus mécanique qui se poursuit dans le temps. Tout cela doit continuer d'exister si je veux vivre dans ce monde et fonctionner normalement. Je ne connais que *cela* ; je ne fonctionne que dans ce cercle ; je ne connais pas l'autre, la dimension où le temps n'existe pas. Les gens en ont parlé ; certains ont dit en avoir eu l'expérience ; certains l'ont décrit ; ils ont fait toutes sortes de choses à son sujet et ont

cherché à l'introduire dans l'état actuel. Il faut qu'il y ait une compréhension du processus du temps tout entier, du temps psychologique aussi bien que de celui que mesure l'horloge. Il faut que je comprenne le temps psychologique aussi bien que celui de la montre.

Je vais m'exprimer différemment. On ne peut pas gagner la réalité par marchandage. On ne peut pas dire : « Je vais faire ceci », ou « je ferai cela », ou « je vais m'efforcer d'observer l'observateur et peut-être aurai-je l'expérience de quelque chose. » Cet état ne peut pas être acheté, gagné, obtenu. Tout ce qu'il y a à faire c'est d'observer sa propre activité, d'en prendre conscience avec lucidité, sans choix, la voyant telle qu'elle est.

☆ *Est-ce que le progrès dans le sens que vous dites est possible sans souffrance ?*

★ Monsieur, dans cette direction il n'y a pas de progrès du tout. Nous ne pouvons pas progresser vers lui. Le progrès implique une croissance graduelle qui se produit jour après jour, des souffrances douloureuses, et en fin de compte obtenir quelque chose au-delà de la pensée. C'est à cela que nous avons été entraîné ; c'est ainsi que nous avons fonctionné, mais il n'y a pas de progrès vers cet état. Ou bien *il est*, ou bien *il n'est pas.*

Messieurs, voulez-vous, s'il vous plaît, observer un simple fait jusqu'au moment où nous nous rencontrerons de nouveau ? Observez-vous vous-mêmes, sans critiquer, sans condamner, sans défendre. Simplement observez ce qui se passe. Ecoutez simplement ce train qui passe sans vous laisser irriter par lui, sans avoir l'impression qu'il vous gêne, qu'il intervient mal à propos et ainsi de suite. Simplement écoutez ; observez toutes les activités de votre vie, votre façon de parler, de manger, de marcher. Ne corrigez pas votre façon de parler, ni de manger. Simplement regardez et, ce faisant, vous deviendrez étonnamment sensitifs. Tout ceci exige une grande sensitivité et par conséquent une grande intelligence, et non pas des expériences et des conclusions. Pour être intelligents il vous faut une très grande sensitivité. Et celle-ci ne peut exister que quand le corps, lui aussi, est sensitif — votre façon d'observer, de voir,

d'entendre. De cette observation minutieuse, où il n'y a aucun choix, aucune évaluation, aucune justification, ou comparaison, ou condamnation, vous verrez que votre corps devient extraordinairement sensitif et alerte. Votre cerveau tout entier, votre esprit, tout ce qui est vous-même se vide. Dès cet instant vous pouvez commencer à enquêter, mais vous contenter d'enquêter théoriquement sur ce qui est ou n'est pas est d'une portée très minime.

12 juillet 1966.

III

Nous devons avoir présent à l'esprit qu'il ne s'agit pas ici d'un divertissement intellectuel. Nous parlons de choses très sérieuses. Par ce mot « sérieux », je veux indiquer l'intention de pousser notre enquête jusqu'au bout. Nous menons, la plupart d'entre nous, des vies plutôt superficielles, consacrées à des intérêts, des plaisirs et des profits immédiats. C'est quand ceux-ci sont comblés que nous cherchons plus loin. Alors nous commençons à rechercher, à examiner, à investiguer, dans l'espoir de découvrir quelque chose de beaucoup plus satisfaisant. Pour moi, un tel esprit n'est pas sérieux. Un esprit sérieux se préoccupe non seulement des exigences immédiates de la vie, mais encore de la résolution de tous les problèmes humains, et cela non pas dans un avenir éloigné, mais tout de suite. Il ne se laisse pas distraire par le temps ; il ne permet à aucune influence de contrecarrer sa recherche, son intention de vivre d'une façon totale et complète. Je crains bien que la plupart d'entre nous, tout en nous donnant beaucoup de mal pour venir jusqu'ici, ne soyons pas véritablement sérieux. Nous ne le sommes pas tout d'abord, parce que nous ne savons pas comment nous y prendre. Nous ne savons que faire. Nous ne savons pas comment nous y prendre pour résoudre les nombreuses tensions, les pressions, les problèmes, les angoisses de la vie. Nous sommes incertains. Et puis nous ne sommes pas vraiment sérieux parce que, au fond de nous-mêmes, se cache la peur. Personne ne peut nous donner de certitude, nul ne peut nous assurer de la bonne direction, parce que malheureusement il n'y a pas de direction. Nous sommes pris comme dans un fleuve où le mouvement est constant, un fleuve qui passe sur des rochers, des précipices, toujours en mouvement. Et

dès l'instant où nous exigeons une assurance, une certitude, cette exigence même engendre la peur.

Si nous avons regardé les choses suffisamment pour nous rendre compte de tout ceci, nous avons soif d'une certitude. Nous avons soif d'une autorité qui a pénétré un peu plus loin que nous dans la nature des choses, nous voulons nous entendre dire ce qu'il faut faire, nous voudrions avoir une carte indiquant les chemins, les ponts, les chutes d'eau, les dangers. Nous nous figurons n'avoir ni l'intelligence, ni la capacité nécessaires pour découvrir par nous-mêmes, pour dévoiler, non seulement les problèmes conscients, mais encore les problèmes inconscients profondément enfouis en nous et qui font de nos vies un tourment. Nous nous tournons sans cesse vers quelqu'un dans notre désir d'améliorer, de découvrir la chose à faire. Ce désir même engendre l'autorité. Vous et moi ne savons pas, et par conséquent nous sommes tout prêts à suivre celui qui sait, qui peut diriger, qui peut guider. L'autorité née de l'incertitude provoque une peur intensifiée. Et nous sommes prisonniers de ce cercle vicieux. Nous ne savons pas que faire ; nous nous tournons vers quelqu'un d'autre et, ce faisant, engendrons la peur. C'est ainsi que nous vivons. Un prêtre, un dogme, une croyance, nous donnent une sorte de certitude. Et par conséquent nous nous tournons vers certaines autorités ; celle qui émane d'une idée, d'une personne, d'un dogme, d'une organisation. C'est ce manège même qui engendre la peur. Nous est-il possible de comprendre le processus de l'existence dans son entier, sans nous adresser à quelqu'un d'autre, *qui que ce soit*, l'orateur compris ? Est-il possible pour chacun de nous, en tant qu'être humain, de ne nous tourner vers personne, de n'avoir recours à aucun livre, à aucune philosophie, à aucun gourou, à aucun instructeur, et de découvrir par nous-mêmes tout en avançant ? Je dis que c'*est* possible. C'est la seule façon de vivre ; autrement nous serons toujours à la remorque de quelqu'un ou de quelque chose, effrayés, névrosés, incertains et troublés.

Comment avoir la clarté nécessaire dès le départ? Comment agir, comment voir de telle façon qu'il n'y ait aucune confusion, que l'action n'engendre pas la souffrance, le conflit, l'obscurité accrue ? Est-il possible pour chacun de nous de nous voir nous-mêmes, et de voir nos problèmes

avec une clarté telle, qu'il ne reste plus l'ombre d'un doute pour obscurcir le problème, de sorte que celui-ci soit totalement résolu ? Si nous pouvons le faire, nous pouvons approfondir la question de la peur, mais il nous faut d'abord comprendre cette exigence qui est en chacun de nous, cette soif de certitude, d'assurance, d'encouragement, d'approbation de nous entendre dire : « Mais cela va très bien ; vous êtes sur le bon chemin ; continuez. » Est-ce possible ? Ce n'est possible que si chaque être humain est entièrement libre, s'il ne dépend de personne et cela, parce qu'il voit le problème clairement. Les problèmes naîtront toujours sous nos pas, un problème étant un défi et une réponse. A chaque instant la vie nous provoque, et quand notre réponse à cette provocation est inadéquate, incomplète, c'est de cette réponse inadéquate que surgit le problème. Il implique que quelque chose nous est jeté au visage, une question qui nous confronte brusquement. Si nous sommes incapables d'y répondre d'une façon totale et complète, de tout notre être, avec nos nerfs, notre cerveau, notre intelligence, notre cœur, alors du fait de cette réponse insuffisante, incomplète, naît un problème. Or, nous sommes entraînés et éduqués toute notre vie durant à ne pas répondre d'une façon complète. Nous répondons partiellement. Parfois, quand nous ne réfléchissons pas, il y a une réponse naturelle et spontanée qui ne donne lieu à la naissance d'aucun problème. Mais pour la plupart d'entre nous, ceux-ci surgissent à chaque instant. Sommes-nous capables de voir quel est le défi et d'y répondre avec aisance, sans effort, d'une façon globale, de sorte qu'aucune question ne se pose, qu'il s'agisse de notre santé, de nos rapports avec autrui, de questions intellectuelles ou de n'importe quoi d'autre ?

Tout d'abord, voyons s'il est possible pour chaque être humain de répondre librement, sans dresser de défense, d'une façon si complète, si dépourvue de mobile, qu'aucun problème ne vienne nous torturer. C'est une chose que nous allons approfondir, parce que si nous en sommes capables, les cieux nous sont ouverts ! Alors, il n'y a pas de paroles pour le décrire ! Alors, nous ne sommes plus des êtres humains déformés, tourmentés. Pourquoi ne répondons-nous pas d'une façon totale et complète? Nous venons de poser la question, nous avons dit : « Pourquoi ? » Cherchez-

vous une explication, une cause, sans vous demander pourquoi, sans exiger d'explication, êtes-vous un avec la question ? Voici une question : pourquoi moi, être humain, ne puis-je pas répondre à chaque défi que me porte la vie d'une façon si complète qu'il n'y ait aucun frottement ? Je suis avec le défi à chaque instant ; je n'élève aucune résistance ; je ne fuis pas devant lui. Pourquoi ? Quand je me pose cette question, instinctivement j'essaie d'en trouver la cause. Je me dis : « J'ai reçu une mauvaise éducation ; je subis trop de pressions ; je suis accablé de trop de responsabilités ; j'ai d'autres soucis ; je suis trop conditionné ; tout mon arrière-plan n'empêche de répondre d'une façon complète. » Quel que soit le défi, conscient ou inconscient, que je m'en rende compte ou non, j'aurai toujours des explications ; les causes je les connais. Alors je dis : « Comment me débarrasser de ces causes afin de pouvoir répondre d'une façon totale ? » Et qu'ai-je fait ? En cherchant à comprendre ces causes qui m'empêchent de répondre d'une façon totale, en cherchant à m'en débarrasser, j'ai cessé d'agir d'une façon complète à l'égard du défi. Voilà le défi, quel qu'il soit. Je sais que je suis incapable d'y répondre d'une façon totale, et je me demande pourquoi. Cette réponse imparfaite engendre immédiatement un nouveau problème. S'il s'écoule le moindre intervalle de temps entre le défi et la réponse, cet intervalle est cause d'un problème. Que je recherche la cause ou que je m'efforce de la résoudre, cet intervalle a déjà créé un problème.

☆ *Si je me débarrasse de la cause, le problème disparaîtra.*

★ Si vous vous contentez de faire des efforts pour vous débarrasser de toutes les causes qui font obstacle à une réponse immédiate et totale, vous n'affrontez pas le défi d'une façon complète. Vous avez ouvert la porte à un intervalle de temps pendant lequel vous examinez la cause pour essayer de vous en débarrasser. Et alors le défi passe pour être suivi d'un autre. Les défis que vous porte la vie ne vont pas vous attendre, ils ne sont pas à votre disposition. Examiner ou analyser l'insuffisance de votre réponse est

inutile et n'a pas d'importance. Ce qui est important c'est de répondre immédiatement, que ce soit d'une façon juste ou non, et c'est la nature immédiate de votre réponse qui vous fera voir où vous vous trompez.

Il faut nous rendre compte que la vie est un mouvement, un vaste fleuve doué d'une énergie, d'une force, d'un élan immense, coulant toujours et toujours. Le « moi », l'être humain fait partie de ce mouvement. Moi, en tant qu'être humain, j'ai été conditionné ; hindou, catholique, communiste, tout ce que vous voudrez, et je réponds à chaque mouvement de la vie selon mon conditionnement. Celui-ci est infime, mesquin, étroit, superficiel, stupide, et c'est à partir de lui que je réponds. Ma réponse sera toujours insuffisante, et par conséquent j'aurai toujours des problèmes. Je m'en rends compte. Alors je me dis : « Sapristi, il faut m'en débarrasser de ce conditionnement ; il faut m'affranchir de toutes mes inhibitions conscientes, de tout le poids du passé. » Et tandis que je fais cela, — que j'analyse, que je dissèque, que j'examine, — de nouveaux défis se déversent sur moi. Je crée des problèmes parce que je ne réponds pas. Pendant que je cherche à m'affranchir de mon conditionnement, je crée de nouveaux problèmes parce que les défis sont incessants et que je n'y réponds pas. Ceci je le vois ; et alors je comprends totalement la futilité, la vanité de cet examen inutile.

Dès lors, je ne gaspille plus mon énergie, ma pensée, mes émotions, en disant : « Comment m'en débarrasser ; comme il est bête d'être ainsi conditionné ; que puis-je faire ? » Toutes les pensées qui alimentent un tel examen sont un gaspillage d'énergie. Je le vois. Et par conséquent je dispose d'une énergie immense ; et alors quel que soit le défi, j'y fais face. J'apprends au moment même ou j'aborde ce défi ; non pas à partir de mon arrière-plan, de mon conditionnement, mais j'apprends au fur et à mesure du courant de la vie. Qu'est-ce qui s'est passé ? Je ne me préoccupe plus de mon conditionnement, je ne gaspille plus mon énergie en disant : « Voici qui est bien, voici qui est mal ; voici qui est bon, voici qui est mauvais ; voici qui est à garder, voici qui est à rejeter. » Au lieu de perdre ainsi mon énergie, elle est à ma disposition pour faire face au défi. C'est une perte d'énergie que d'examiner mon conditionnement,

que de le condamner ou de l'encourager. Mais maintenant, l'énergie que je gaspillais auparavant en examinant ou en analysant, elle est en moi. Elle est là et c'est avec elle que je fais face au défi. Cette énergie va voir la profondeur du défi au moment où il prend naissance. Elle est sans cesse renouvelée. Et en abordant le défi elle n'engendre aucun arrière-plan, et par conséquent aucun problème nouveau. Le défi est abordé en toute clarté parce que j'ai l'énergie qu'il faut pour y faire face, une énergie qui ne redoute plus d'en être incapable. Elle n'est plus dissipée. Elle affranchit l'esprit de son conditionnement, que celui-ci soit nationaliste, communiste, idéologiste, familial ou qu'il vienne du nom. Toutes ces choses, elle les méprise. Un esprit capable d'aborder un défi avec une énergie totale ne crée plus de problème. C'est celui qui réagit à partir de son arrière-plan, de son conditionnement, lequel est toujours incomplet, qui créé les problèmes.

Si ceci vous est très clair, non pas intellectuellement mais effectivement, si nous le faisons d'une façon complète, de tout notre être, dans une attention totale, nous pouvons aller un peu plus loin. Pourquoi dépendons-nous d'un défi ? La plupart d'entre nous sommes dans un état de sommeil ; nous nous sommes abrités, réfugiés, dans nos idéologies. Nous avons dressé des résistances. Nous voulons nous sentir en sécurité. Nous voulons nous sentir tranquilles dans nos religions, nos croyances, nos dogmes, nos rapports avec autrui, nos activités, et ceci engendre un conditionnement qui nous mécanise, qui nous endort graduellement. Une provocation extérieure nous réveille. L'importance de cette provocation est précisément qu'elle nous réveille, mais nous répondons alors à partir de notre arrière-plan créant par là de nouveaux problèmes. Incapables de les résoudre nous nous rendormons. Un nouveau problème ou de nouveaux défis surviennent ; nous nous réveillons le temps d'un instant et nous nous rendormons aussitôt. C'est là notre mode de vie. Si nous sommes capables de voir le processus par lequel on répond au défi d'une façon complète, dans un état d'attention complète, la question se pose de savoir si le défi demeure nécessaire ? Reste-t-il aucun défi ? Un homme qui est complètement éveillé n'a plus besoin de défi ; il n'a pas de problème, chaque défi est abordé dans un

esprit totalement neuf ; un esprit qui est totalement éveillé est sans problème, et par conséquent n'a besoin d'aucune provocation pour le tirer du sommeil. Ceci ne peut être compris que quand nous avons fait face au problème, au défi, avec une énergie totale et non pas à partir de notre arrière-plan. Un esprit pour lequel il n'y a plus de défi, plus de provocation, est complètement libre, et à partir de cette liberté il peut avancer. C'est là une chose que nous n'allons pas approfondir parce qu'elle exige une vision entièrement différente.

Seule la réponse incomplète à une provocation engendre la peur. Il y a la peur de la mort ; celle de perdre sa situation ; celle de se trouver tout seul ; celle de n'être personne ; celle d'être frustré dans notre effort pour devenir quelqu'un, de devenir célèbre par des moyens divers ; il y a la peur de ne pas être célèbre. Toutes ces peurs sont source de névrose, d'états d'esprit névrosés. Là où il y a la peur, il n'y a pas d'affection, pas d'amour, pas de communication. Là où il y a la peur, il y a des mécanismes de défense accrus. Là où il y a la peur, l'esprit enfante des dieux, des cérémonies, des rites, des divisions entre les peuples européens, américains, chinois, hindous. Puis la peur se met à inventer la paix, un rassemblement des nations. Mais c'est la peur qui dicte. Elle est incapable absolument de résoudre tous ces problèmes. Il est possible d'être sans peur. Nous ne discutons pas de ceci, nous n'en parlons pas à un niveau intellectuel. Si nous considérons la chose comme une idée, cela n'a absolument pas de sens. Nous ne pouvons pas vivre d'idées, nous ne pouvons pas vivre de cette chose fragmentaire que nous appelons le mental, ni de l'émotion qui n'est qu'un autre fragment, ni de sentiment. Ce n'est pas intellectuellement que nous examinons les cheminements de la peur. Nous essayons de la trouver, d'y mettre fin complètement, que ce soit la peur de la mort, de voir notre femme nous quitter, notre mari nous négliger ou tout autre chose.

Est-il possible d'être affranchi de la peur, non pas seulement consciemment, mais dans les profonds recoins de notre inconscient, dans les profondeurs de notre cœur, de sorte qu'il ne reste plus l'ombre d'une crainte à aucun moment ? Si nous sommes sans peur, alors tous les dieux inventés par

le mental, les utopies, les prêtres, toutes les doctrines, les théologies, les croyances, toutes ces balivernes stupides et enfantines disparaissent. Est-il possible d'être affranchi de la peur non pas dans un avenir plus ou moins lointain, non pas en dressant contre elle des résistances, qui sont elles-mêmes de nouvelles formes de peur, non pas par l'intervention de quelque théorie ou de quelque croyance qui pourrait la dissimuler ? La peur ne peut être détruite par l'analyse. C'est une perte de temps quand il s'agit d'elle. Quand j'ai peur, quand le choc de la peur prend naissance, si je me dis : « Eh bien ! maintenant je vais découvrir comment m'en débarrasser », je n'ai pas résolu le problème. En allant trouver un psychanalyste, en scrutant nos rêves, en nous livrant à quelqu'une des activités extraordinairement complexes que l'homme a pu inventer pour se débarrasser de la peur, jamais nous n'avons pu la détruire. Et maintenant, nous nous demandons s'il est possible de nous en libérer sans toutes ces complications.

Ceci est un défi, une provocation pour chacun de nous. Il est très important pour chacun de vous de découvrir par vous-même comment vous y répondez. Si vous vous dites que vous êtes incapables de vous en débarrasser, ou que vous ne savez pas comment vous y prendre, vous avez déjà créé un nouveau problème. Si vous dites : « Mais dites-nous comment nous en débarrasser », vous affirmez votre dépendance de l'orateur, par là vous encouragez la peur. Si vous vous dites que jadis il y a eu en vous une peur dont vous avez pu vous débarrasser, sans savoir comment, le souvenir de cet affranchissement demeure dans votre esprit, et c'est avec ce souvenir que vous cherchez à résoudre la peur d'aujourd'hui. Comment répondez-vous à ce défi, à cette peur, non pas quand vous aller rentrer chez vous, non pas demain, mais tout de suite ? Vous *avez* peur ; chacun de nous à peur consciemment ou inconsciemment. Si c'est inconsciemment, laissez-la revivre cette peur, laissez-la remonter à la surface et s'exposer. Et quand elle s'expose, comment l'abordez-vous ? Il est véritablement assez difficile de répondre à cette question, comment vous abordez une peur qui se déroule devant vous, si véritablement vous êtes décidés à l'exposer ainsi.

La plupart d'entre nous n'en avons pas le désir parce que

nous sommes épouvantés, parce que nous sommes pris par une telle panique que nous ne savons pas que faire. Nous sonmmes tellement habitués à fuir, à nous évader par des paroles, à avoir recours aux nombreux réseaux d'évasion que nous avons tissés, et la plupart d'entre nous sommes probalement incapables d'exposer ces peurs qui sont les nôtres, non pas à quelqu'un d'autre mais à nous-mêmes. Dès l'instant où elles sont exposées devant nous les choses en sont très simplifiées. Tout au moins nous savons que nous avons peur. Il n'y a plus d'évasion possible. Si nous avons peur de la mort, que nous ne fuyons pas cette peur au moyen de nombreuses théories, de croyances, la réincarnation, une espérance quelconque, toutes les douzaines de procédés par lesquels l'esprit se refuse à faire face au fait, alors nous savons que nous avons peur. Il n'y a plus d'évasion possible, c'est un pur et simple fait ; toutes les complications commencent quand nous nous évadons. J'ai peur de ma femme, de mon mari, j'ai élevé des défenses, ces défenses sont le plaisir et toutes sortes de choses que nous examinerons un autre jour. Mais je me suis dérobé au fait. Jamais je ne me suis dit : « Voyons, j'ai peur de mon mari, j'ai peur de ma femme. » Quand une fois je m'en rends compte, cela devient un fait extraordinaire, mais un fait tout simple. Je ne sais pas comment l'aborder, mais il est là devant moi.

Etes-vous capables de dévoiler ces craintes, de vous les exposer à vous-même, la vieillesse, la maladie, les innombrables peurs qui sont les vôtres ? Vous ne le pouvez probablement pas, — si vous en aviez la ferme intention vous le pourriez, — mais tout au moins il y en a une que vous pouvez mettre au grand jour, la plus intime, la plus proche, et vous voilà avec elle. Qu'allez-vous faire ? Comment prendrez-vous contact avec elle ? Qu'allez-vous en faire ? Tout d'abord, êtes-vous capables de la regarder en face, sans vous détourner, sans chercher à la surmonter, à la condamner, simplement la regarder ? Vous savez ce que c'est que d'éviter un fait, ce que cela implique. Vous connaissez la ruse et l'habileté d'un esprit qui se refuse à regarder un fait en face. Ou bien il se justifie, disant : « Comment vivre dans ce monde si je n'ai jamais peur ? » ; en le condamnant ; en voulant l'éviter. Le mot même de « peur » crée la peur et lui donne de la profondeur.

La plupart d'entre vous savez ce que c'est que d'être seuls, de se sentir subitement coupés de tout, de toutes vos relations, de tous vos contacts : un isolement complet. Certes, vous avez tous ressenti cela. Au sein de votre famille ou dans un autobus, ou dans le métro, subitement vous vous sentez complètement seuls. Cet état engendre la peur. C'est une chose que je vais examiner, parcourir intellectuellement d'abord, et puis je verrai ce qui va se passer. Je me sens seul. C'est un sentiment affreux que je hais parce que je ne sais pas qu'en faire. Il s'est abattu sur moi subitement ; il me tient ; et je le fuis. Je me mets à parler, je regarde un journal, je branche la radio, je vais à l'église, je me distrais de dix façons différentes. Et toutes ces évasions engendrent des conflits. Le fait est là, je le fuis, et la fuite même *est* la peur, la *fuite*. Quand je le *regarde en face*, il n'y a pas de peur ! Ce n'est que quand je fuis que vient la peur, et j'y suis habitué.

Je ne sais même pas ce que cela veut dire que de regarder ce vide, cette solitude. Tout ce que j'ai connu, toute ma vie durant, c'est de fuir toutes les choses qui me déplaisent, que ce soient des personnes ou des idées, des inventions, des pensées. Je les repousse, je fuis, je dresse une résistance. Je ne connais que cela. Et maintenant, je dis : « Je ne vais plus faire tout cela parce que cela ne résout rien du tout ; la chose que je crains est encore là ; c'est comme une blessure infectée ; cela ne sert à rien de la recouvrir ; il faut la guérir, la comprendre, aller jusqu'au bout et en avoir fini. » Ce n'est pas par un effet de volonté que je dois refuser de m'évader, parce que si je refuse de m'évader dans cet esprit-là je dresse une résistance contre l'évasion et je provoque un nouveau conflit. Mais si je ne fais rien de ce genre, je puis alors regarder ce vide, cette solitude en face. Je ne la condamne pas ; je ne la justifie pas ; elle est là, comme la pluie qui s'abat sur la tente. Qu'elle me plaise ou non, elle est là. Dès cet instant, je suis capable de la regarder, mais ma façon de regarder est la chose la plus importante, et non pas de chercher à m'évader. Parce que c'est là ce que nous connaissons et qui est trop puéril ; c'est ce que nous faisons depuis des milliers et des milliers d'années ; et c'est cela que je rejette, que je balaie, parce que c'est sans valeur, parce que je suis sérieux et que je veux aller jusqu'au bout.

Je veux comprendre et aller au-delà. Je ne suis pas une personne frivole, quelconque. Ce ne sont que les personnes frivoles, et non pas les personnes sérieuses, qui fuient, créant ainsi de plus en plus de problèmes. Ce qui est important maintenant c'est comment je vais regarder la chose et si je sais comment regarder, elle est résolue

Comment vais-je la regarder ? De prime abord je la vois comme quelque chose d'extérieur à moi-même. C'est ce que nous faisons tous ; nous voyons la chose comme étant distincte du « moi ». Un objet extérieur au « moi ». Le « moi » est différent et *elle* est là, cette solitude, il est là cet isolement. Quand je le regarde ainsi, l'observateur s'efforce d'agir sur lui, de le condamner, de le modifier, de s'identifier à lui. Suivez-moi, s'il vous plaît ; c'est très simple une fois que vous savez. Soyez très simples, parce que la vie, elle, est un problème extraordinairement complexe, terriblement complexe, et que nous ne pouvons comprendre que si nous sommes très, très, très simples, mais pas puérils. Si nous sommes très simples, si nous prenons les faits tels qu'ils sont, nous pouvons l'accompagner, la transcender, la survoler ; si nous pouvons la transcender nous en sommes dégagés. L'observateur dit : « J'ai peur. » Il reste en dehors de la chose et dès cet instant il peut agir sur elle consciemment ou inconsciemment. Mais l'observateur est-il différent de la chose qu'il observe ? S'il est différent, il ne pourrait pas la reconnaître. Pour vous reconnaître, il faut que je vous connaisse bien. Alors je peux dire : « Vous êtes comme ceci ou comme cela », mais si je ne vous connais pas, il n'y a aucun contact, aucun rapport entre nous ; je ne vous connais pas.

L'observateur connaît, il reconnaît ce sentiment de vide, de solitude et parce qu'il le reconnaît, il en fait partie. L'observateur qui reconnaît la peur sait déjà ce que c'est que la peur, autrement il ne la reconnaîtrait pas. Par conséquent, l'observateur *est* ce vide, cette solitude. Alors, que peut-il faire, cet observateur qui regarde, qui est ce vide, qui est cette solitude ? S'il vous plaît, ne répondez pas intellectuellement. Jusqu'à présent l'observateur s'est activé à vouloir agir sur cette solitude, et tout à coup il se rend compte qu'elle est lui-même. Que peut-il faire ? Très évidemment, il ne peut rien faire du tout. Une inaction totale s'installe parce qu'il ne peut rien faire et, par cette inaction totale,

cette chose qui fut, n'est plus ; c'est l'action la plus positive qui soit. L'action positive d'autrefois était la fuite devant *ce qui est*. Le « ce qui est » est l'observateur, celui qui voit. Mais l'observateur ne peut rien faire parce que c'est lui-même.

Je ne crois pas que nous apercevions la beauté de tout ceci, la beauté de l'inaction totale devant ce qui est. La beauté de l'action totale qui agit quand il y a inaction totale. Pour la plupart d'entre nous la beauté est quelque chose qui est en dehors. Un objet est beau : une montagne, un arbre, une maison, un visage, un fleuve, le firmament dans la nuit, la lune et les étoiles. Apprécier la beauté des objets, ou leur manque de beauté, est ce qu'on appelle une action positive. Pour moi ce n'est pas là, la beauté. Ce n'en est qu'une toute petite partie qui existe à la périphérie des choses. La beauté c'est cette inaction totale, et de cette inaction totale surgit une action immensément positive, mais non pas dans notre sens habituel du positif s'opposant au négatif. Cette beauté ne dépend d'aucun objet extérieur. Seul un esprit qui connaît l'inaction totale est capable de voir ce qu'est la liberté et par conséquent d'être libre.

☆ *Dès l'enfance, il a existé un certain sentiment de peur, un sentiment d'être emprisonné, un sentiment étouffant qui est resté avec moi dès le commencement et dont je ne sais comment m'extraire. Que faire ?*

★ Tout d'abord, monsieur, n'analysez pas. C'est là une chose que nous avons déjà faite suffisamment, c'est une perte de temps. Vous savez pourquoi vous avez peur. Si vous n'analysez pas, si vous n'interrogez pas, si vous ne ne demandez pas, il y a en vous une énergie, comme je l'ai expliqué tout à l'heure. Vous êtes alors plein d'énergie pour faire face à cette chose quand elle prend naissance. Cette chose qui a été avec vous depuis si longtemps, depuis votre enfance, est encore là et elle surgira à nouveau quand vous sortirez de cette tente, quand vous serez chez vous. Regardez-la en face ! Regardez-la comme si vous l'abordiez pour la première fois. Vous ne serez pas capable de l'aborder

comme si c'était la première fois, si vous êtes tout le temps à analyser, à regarder et à vous dire : « Pourquoi ceci » ou « pourquoi cela ? » Les problèmes ne peuvent être résolus que par un état d'innocence, et cette innocence est celle d'un esprit qui aborde toute chose d'une façon absolument neuve.

14 juillet 1966.

IV

Pendant les trois dernières causeries nous avons vu le caractère urgent, l'importance d'une révolution radicale de l'esprit. Une telle révolution ne peut pas être le résultat d'une intention systématisée, planifiée, parce que tout changement qui se conforme à un certain plan, à une certaine philosophie, à une idée ou à une idéologie, cesse d'être une révolution. Il ne fait que se conformer à un modèle, si noble, si idéaliste qu'il puisse être. Pendant plus de deux millions d'années des êtres humains ont vécu dans un état de lutte constante, de lutte intérieure et extérieure, dans un état de conflit. La vie est un champ de bataille, dans le monde des affaires, et dans le petit univers intime de la famille. Toute société qui doit être une création nouvelle, renouvelée, met évidemment fin à ce conflit, autrement la société et l'individu, l'être humain, seront prisonniers de ces conflits, de cette souffrance, de cette concurrence. En fait, c'est bien ce qui se passe depuis les origines historiques de l'humanité jusqu'aux temps présents. Nous ne semblons pas pouvoir briser les murailles de cette prison, de cette cage. Il y a eu peut-être une ou deux exceptions, mais celles-ci sont sans importance. Ce qui est important c'est de voir si nous, en tant qu'êtres humains, sommes capables de provoquer en nous-mêmes un changement immense de telle façon que nous soyons des êtres différents, menant une vie différente, une vie où il n'y ait pas un instant de conflit.

Si nous nous posons cette question sérieusement, nous ne savons le plus souvent pas quoi faire. La structure psychologique de la société est si forte, si pesante, si exigeante que, si, en tant qu'êtres humains qui en faisons partie, — parce que l'être humain n'est pas foncièrement différent de

la société, — nous nous posons cette question de savoir si la chose est possible, nous tombons dans un certain défaitisme, affirmant qu'elle ne l'est pas ; alors notre imagination nous pousse à nous évader dans un univers mystique dépourvu de toute réalité ; ou bien encore, nous en venons à penser que nous pourrons changer nos cœurs et nos esprits petit à petit, lentement, graduellement, par l'effet d'un effort constant, et par une contrainte brutale de nos cœurs et de nos esprits. C'est ainsi que se passent les choses dans le monde entier, en Orient comme en Occident. Si nous évitons ces deux erreurs, nous adorons alors l'Etat, ou bien nous vivons vaille que vaille dans un monde dépourvu de sens, de signification, dans un monde entièrement chaotique. C'est ainsi que nous agissons, la plupart d'entre nous, même si nous nous donnons le semblant d'être sérieux. Notre principale préoccupation, c'est de trouver au milieu de ce chaos, de cette confusion, de cette souffrance, un plaisir véritablement satisfaisant.

Nous semblons ne jamais rien apprendre. Ce mot « apprendre » a une signification des plus importantes. Il y a deux façons d'apprendre. Pour la plupart d'entre nous ce mot signifie l'accumulation du savoir, d'expériences, de connaissances techniques, d'un savoir-faire spécialisé, dans l'étude d'une langue par exemple. Puis il y a ce que l'on peut apprendre psychologiquement, par expérience, des incidents immédiats de la vie qui laissent un certain résidu, un emmagasinage de connaissances ; ou encore le résidu psychologique dû à la tradition, la race, la société. Telles sont les deux façons d'apprendre à faire face à la vie : psychologiquement, physiologiquement ; le savoir-faire extérieur et le savoir-faire intérieur. Du reste, il n'y a pas de ligne de démarcation entre les deux ; ils se chevauchent. Pour le moment, nous n'examinons pas le savoir-faire qui nous vient par la pratique, les connaissances technologiques que nous acquérons par l'étude. Ce qui nous intéresse, c'est d'apprendre psychologiquement, ce que nous avons fait à travers les siècles, ou dont nous avons hérité sous forme de traditions, de savoir, d'expériences. Voilà ce que nous appelons apprendre, mais je mets en doute que ce soit là apprendre vraiment. Je ne parle pas de comment on parvient à un certain savoir-faire, comment on apprend une

langue, une technique, mais je demande si jamais l'esprit apprend *psychologiquement*. Il a appris, et avec cela il fait face aux provocations de la vie. A chaque instant il traduit la vie, les provocations nouvelles qu'elle lui apporte conformément à ce qu'il a pu emmagasiner. C'est ce que nous faisons, mais est-ce là apprendre ? Est-ce qu'apprendre n'implique pas quelque chose de neuf, quelque chose que je ne sais pas d'avance et que j'apprends d'instant en instant ? Si je me contente d'ajouter au connu, ce n'est pas apprendre. C'est un processus additif avec lequel j'aborde la vie. Voyons cela très clairement parce que, ce dont nous allons discuter tout à l'heure demeurera confus, si nous ne l'avons pas compris. Apprendre assurément implique un esprit neuf, qui est en train d'apprendre, et non pas qui, ayant appris, fonctionne et agit à partir de ce savoir accumulé. Un esprit en train d'apprendre agit d'instant en instant, non pas à partir de ce qu'il sait déjà, mais pour lui, apprendre et agir sont une seule et même chose.

Comme nous l'avons dit l'autre jour, la vie est un mouvement, un fleuve immense, d'une grande profondeur, d'une grande beauté, d'une extraordinaire rapidité. Si je me meus avec lui, en tant qu'être humain, j'apprends. Je cesse d'apprendre dès l'instant où je fonctionne à partir du connu. Dans ce cas je n'aborde jamais la vie d'une façon renouvelée ; je ne l'aborde qu'avec le connu. Il me faut apprendre une façon nouvelle de vivre, un mode de vie où il n'y a aucun conflit, aucune lutte, aucune guerre extérieure ou intérieure. Il y a eu tant de guerres brutales, dénudées de toute espèce de sens. Aucune guerre n'a de sens, il n'y a pas de juste guerre ou de guerre injuste. Toutes les guerres sont criminelles. Il nous faut apprendre et apparemment nous en sommes incapables. Bien que l'ancienne génération ait passé par deux guerres catastrophiques, elle semble ne rien apprendre. Nous continuons à vivre psychologiquement dans une société faite de concurrence, d'avidité, d'envie, d'admiration devant le succès, toutes choses qui impliquent un état de conflit et de lutte. Mais en tant qu'être humain, si je suis tant soit peu réfléchi, il me faut absolument apprendre une manière différente de vivre. Si je veux trouver une façon de vivre entièrement paisible, je dois tout apprendre à neuf comme si je n'avais pas vécu jusque-là. Seul l'esprit qui est

en paix peut apprendre, voir, découvrir. Un esprit plongé dans le conflit est incapable de regarder clairement ; tout ce qu'il voit est déformé, perverti. La paix est absolument nécessaire, intérieurement et extérieurement. Mais nous n'en voulons pas ; nous ne la désirons pas. Si nous la désirions vraiment nous n'aurions pas de nationalités, de gouvernements souverains, d'armées ; mais en tant qu'êtres humains nous avons des intérêts personnels, et ce n'est pas du tout la paix que nous désirons. Tout ce que nous désirons c'est un réconfort satisfaisant dans ce champ de la douleur. Nous voulons découper un petit domaine où règne la paix, un petit recoin dans notre esprit et notre cœur, et continuer à vivre dans ce petit *ego* qui n'est que pourriture et décomposition.

Si nous exigeons véritablement la paix extérieure et intérieure, il est non seulement besoin d'une révolution psychologique immense, mais nous avons à apprendre comment vivre d'une façon entièrement renouvelée. Or, personne ne va nous l'enseigner, aucun philosophe, aucun instructeur, aucun gourou, aucun psychologue, et certainement pas les chefs d'armées et les politiciens. Nous devons tout apprendre à nouveau ; comment vivre sans conflit. Or, pour comprendre le conflit et la paix, nous devons approfondir la question du plaisir parce que, faute de comprendre le plaisir et son opposé la souffrance, nous ne pourrons jamais vivre dans la paix, dans une vie dépourvue de conflits. Nous ne disons pas ici qu'il faut vivre sans plaisir et donner dans le puritanisme. Ce sont là des choses que l'homme a déjà tenté de faire. Il s'est discipliné, il a laissé périr tous ses désirs, ses plaisirs, il s'est torturé, il a rejeté tous les plaisirs sensuels, et pourtant il n'a pas résolu le conflit ; il n'a pas pu détruire le tourment psychologique. Si nous voulons véritablement comprendre la nature du conflit et sa fin, qui est la paix, nous devons approfondir non pas intellectuellement mais effectivement cette question du plaisir, qui est désir. Nous ne pouvons pas vivre en paix avec un autre ou avec nous-mêmes si nous sommes sans amour, sans affection. Mais le désir n'est pas l'amour ; le désir conduit au plaisir ; il est le plaisir. Nous ne voulons pas annuler le désir, il serait absolument stupide d'affirmer que nous devons vivre sans désir, et c'est d'ailleurs impossible. L'homme s'y est essayé. Il y a des gens qui se sont refusé toute espèce de

plaisir, qui se sont disciplinés, qui se font torturés, et pourtant le désir a survécu, créateur de conflits, et de tous les effets brutaux d'un tel conflit. Nous ne préconisons pas la destruction du désir, mais c'est un phénomène qu'il faut comprendre : le désir, le plaisir, la souffrance ; si nous pouvons les transcender, il y a une félicité et une extase qui sont l'amour. Voilà de quoi nous allons parler ce matin, mais certes pas intellectuellement, ce qui serait sans aucune portée. Cela n'a pas de sens d'avoir des théories au sujet du désir ; ou de l'amour ; ou de dévider un tas de paroles intellectuellement, verbalement, nous demandant éternellement s'il est possible de vivre sans conflit dans ce monde.

Un homme, un être humain, n'a pas de nationalité, ni de religion. Un être humain c'est quelqu'un qui est plongé dans le conflit, la souffrance, la peur, l'anxiété, le tourment de son existence de solitude et d'ennui. Pour examiner cette question du plaisir il faut tout d'abord avoir la clarté nécessaire, et vous ne pouvez avoir aucune clarté si vous condamnez le plaisir, ou si au contraire vous dites : « Il m'en faut à tout prix. » Qu'il s'agisse d'un plaisir sensoriel ou de celui qui résulte de diverses réactions psychologiques, si vous condamnez le plaisir ou si vous en êtes assoiffés, vous êtes incapables de le comprendre. Par ce mot « comprendre », je n'entends pas une compréhension intellectuelle, conceptuelle, une compréhension issue d'une idée, un ensemble de paroles, l'idée n'étant pas autre chose que la parole ou la pensée élaborée. Si vous fonctionnez, si vous pensez en fonction d'une formule ou d'un concept du plaisir ou de la souffrance, vous ne pourrez pas les comprendre. Il vous faut les regarder ; les pénétrer. Vous ne pouvez pas comprendre ni pénétrer si vous niez, si vous acceptez, si vous avez la ferme intention de poursuivre le plaisir, parce que toutes nos valeurs sociales, morales, religieuses, éthiques, sont basées sur lui.

Notre moralité est basée sur lui, ce serait un aveuglement que de le nier. Toute notre attitude à l'égard de la vie est basée sur la jouissance sensorielle, ou sur la jouissance psychologique intérieure. Toutes nos exigences, nos recherches, nos tâtonnements sont basés sur elles. Nos dieux doivent leur existence à la satisfaction que nous avons en trouvant un monde différent, loin de notre torture, de notre peur. Ce

que nous recherchons par-dessus tout est basé sur ce besoin d'un plaisir profond et durable.

Si nous voulons examiner la chose objectivement, sainement, il ne faut ni condamner, ni exiger. Si ceci est clairement établi entre l'orateur et vous qui écoutez, — je suis désolé mais il faut que vous écoutiez, et je ne sais pas trop pourquoi vous le faites, — s'il est établi clairement que nous voulons véritablement approfondir cette question parce que sans cela toute révolution est impossible, nous pourrons peut-être vivre dans un recoin différent mais toujours dans le même champ, et par conséquent il n'y aura pas de révolution radicale de la psyché, de l'esprit. Nos cellules cérébrales, toute la structure de notre psyché, de notre existence quotidienne, sont basées sur le plaisir, le plaisir d'aboutir, de réagir, de satisfaire une ambition, de réussir dans la concurrence, de dix façons différentes. A moins que la révolution ne soit radicale nous pourrons parler sans fin, de changement, de la nécessité d'une nouvelle société et ainsi de suite, tout cela ne sera que du vent. Nous allons donc apprendre, ce qui veut dire que vous n'allez pas vous laisser instruire par l'orateur, et ayant reçu cette instruction dire : « Voilà, j'ai saisi », pour chercher à partir de ce point de vue à fonctionner d'une façon différente. Nous allons apprendre à *connaître* la question. Ce qui nous intéresse c'est apprendre dans le présent actif et non pas nous dire : j'ai appris ou j'apprendrai.

Quand il en est ainsi, il n'y a pas l'accumulation du connu sous forme d'idées, de conclusions, à partir desquelles vous fonctionnez ou vous agissez. Vous *agissez* tout en *apprenant*, voilà la différence totale. Par conséquent vous n'agissez pas à partir d'une idée ou d'un symbole ou d'un concept. Cela, si vous êtes capables de le comprendre totalement et complètement, votre action aura une portée entièrement différente. Vous n'agissez pas vous appuyant sur une idée ou un concept, vous *agissez*, et agir ainsi est sans aucun avenir.

Je ne sais pas si nous voyons la beauté de tout ceci, parce que jusqu'à ce jour nous avons toujours agi nous appuyant sur le passé. Nous avons nos opinions sur ce que devrait être l'action — bonne, mauvaise, juste, conforme à certains principes, conforme à certaines formules, certains concepts,

certaines idées. Nous avons établi ces notions philosophiques, ces idées, que nous avons tirées de notre propre expérience et qui sont des concepts. C'est à partir d'eux que nous agissons, parce que notre action cherche toujours à s'adapter à une idée. Il y a toujours par conséquent un conflit entre l'idée et l'action, et nous nous efforçons éternellement d'enjamber l'intervalle qui les sépare, d'intégrer ces deux principes, chose impossible. Nous n'apprenons pas une idée, un nouveau concept. Ce que nous faisons c'est d'apprendre à connaître dans l'immédiat, ce qui se passe toujours dans le présent actif. Le jour où ceci est vu, non pas intellectuellement, sentimentalement, d'une façon floue, mais avec une immense clarté, alors notre action est empreinte d'une extraordinaire beauté et entraîne une immense liberté.

Nous apprenons à connaître, nous allons apprendre à connaître dans le présent ce que c'est que le plaisir et pourquoi il a pris cette importance prédominante. Nous n'allons pas le nier et tomber dans le puritanisme. Qu'est-ce que le plaisir ? Il y a tant de plaisirs différents, sensoriels et psychologiques. Ils sont, du reste, étroitement liés entre eux. Nous ne pouvons pas dire que celui-ci est sensoriel et celui-là psychologique, donc nous ne les séparons pas. Nous considérons le processus du plaisir dans son entier, qu'il s'agisse de plaisirs sensoriels ou psychologiques.

Qu'est-ce que le plaisir et pourquoi prend-il une si grande importance dans nos vies ? Nous pensons toujours à ce qui pourra être agréable. Il y a l'image, qu'elle soit sexuelle ou tout autre, la pensée créatrice de plaisir. Il nous faut découvrir ce qu'il est, et le fait même de l'apprendre est en soi une discipline. La racine de ce mot « discipline » signifie « apprendre », non pas se conformer à un modèle, à un ordre, et à toutes ces autres pratiques auxquelles nous donnons souvent le nom de discipline. L'acte même d'apprendre est une discipline, et il ne s'agit pas ici d'avoir appris, de contraindre, de s'exercer à quelque chose, ou de se conformer à un modèle. C'est l'acte même d'apprendre qui est la discipline, il n'y a donc pas à dire : « Je dois », ou : « Je ne dois pas » m'adonner au plaisir. Qu'est-ce que le plaisir ? S'il vous plaît, n'attendez pas de moi une réponse. Nous apprenons. C'est peut-être moi qui donne oralement la description des choses, qui articule, qui donne les détails, mais

vous devez apprendre. C'est une tâche que nous accomplissons ensemble. Par conséquent vous écoutez non seulement l'orateur, mais vous vous écoutez vous-même, observant la question qui vous est posée.

Le plaisir est lié au désir. J'ai goûté un aliment et j'en veux encore ; il m'a enchanté. Il y a la vie sexuelle, le plaisir d'une belle soirée, d'un coucher de soleil, la lumière se jouant sur l'eau tandis que coule le fleuve, la beauté d'un oiseau en plein vol, d'un visage, d'une phrase prononcée, source d'un profond ravissement, un sourire. Puis il y a le désir, celui qui affirme : « Il m'en faut encore », et le désir sexuel, psychologique ou tout autre qui, ayant goûté d'un certain plaisir, veut le voir se répéter. Cette répétition prend naissance dès l'instant où surgit la pensée. Tenons les choses sur un plan très simple parce que la question, elle, est très complexe. Hier soir, dans le vent et traversant les nuages, subitement un rayon de soleil a brillé sur un champ verdoyant. Ce rayon était d'une lumière merveilleuse, intense, riche, et la couleur du champ était extraordinairement vivante. Les yeux l'ont vu ; l'esprit l'a enregistré, a éprouvé un ravissement à contempler cette beauté, cette lumière, cette couleur vermeille incomparable. Et alors je voudrais voir ce ravissement répété, et aujourd'hui je recherche cette même lumière, cette même beauté, ce même sentiment : tout cela c'est de la pensée. L'acte de voir était une chose, puis la pensée est intervenue disant : « J'en voudrais plus ; il faut répéter demain cet état de choses. » C'est cette répétition qui est le commencement du plaisir. Quand j'ai vu cette lumière sur le champ, il n'y avait ni désir, ni plaisir, il y avait un ravissement, une observation intense. Mais la pensée est intervenue disant : « Sapristi, ce que ce serait agréable d'avoir la même chose demain. »

Or, c'est ce que nous faisons tout le temps. Cela peut être dans notre vie sexuelle, ou bien quand quelqu'un nous flatte disant qu'il est notre ami. La pensée intervient, elle en veut encore. Le commencement du plaisir c'est le commencement de la pensée dans le conflit. C'est la pensée quand elle exige, qui engendre le conflit. Mon problème n'est pas dans le ravissement que j'ai éprouvé en voyant quelque chose de beau, il prend naissance quand la pensée veut répéter cette sensation, quand le ravissement devient le plaisir,

quand je sens qu'il m'en faut encore. Cette notion de « encore » est une création de la pensée qui s'attarde sur la première impression. Je vois un beau visage, un sourire radieux, et j'y pense. D'abord je le vois, puis j'y pense. C'est en y pensant que commence la torture, la souffrance, le plaisir, comment le saisir, le maintenir, m'en rendre maître. Quand je l'ai maîtrisé il est détruit, et je me tourne vers autre chose, et ainsi de suite, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Suis-je capable de regarder ce champ verdoyant, ce rayonnement extraordinaire, ces délices nés de la beauté sans qu'intervienne la pensée? *Voilà* la question. Dès l'instant où elle entre en jeu cela devient une souffrance, un conflit, un tourment avec tous ses résultats et ses effets subsidiaires. La pensée détruit ce qui fut beau. Mon problème n'est pas d'éviter ou d'accueillir le plaisir, mais de comprendre tout le processus de la pensée. Je vois une belle et puissante automobile, mais en y pensant je renforce, j'accentue le désir que j'en ai. Ce désir devient plaisir et donne naissance à l'imagination, et à tout ce qui s'ensuit. Et maintenant je vais avoir à examiner la pensée, non pas à me demander si je peux y mettre fin, parce que je ne le peux pas, mais de me rendre compte s'il est possible d'en saisir le mécanisme.

Ceci est vraiment un sujet extrêmement grave. Vous devez y donner une très grande attention et vous pouvez facilement vous fatiguer. On ne peut pas faire attention avec une telle énergie pendant une heure entière. Si véritablement vous avez approfondi la chose en vous-même jusqu'à l'instant présent avec toute votre énergie, votre attention, vos facultés, avec une certaine urgence intérieure, alors votre corps, votre esprit, tout en vous est las. Et si vous dites : « Continuez à parler, s'il vous plaît, et je vais comprendre ce que vous voulez dire », cela signifie que vous avez envie d'écouter et que ce soit moi qui explique ; vous n'êtes plus dans le sujet d'une façon vivante. Donc la prochaine fois nous approfondirons cette question, ce mécanisme de la pensée. Pour le comprendre vous devez examiner la question du temps, le temps qui est mémoire, qui est passé. C'est un problème des plus complexes, et il vous faut l'aborder avec un esprit neuf et non pas avec un esprit qui est déjà épuisé, fatigué de vivre. Pour approfondir le mécanisme de la

pensée qui est la mémoire, il vous faut pénétrer l'inconscient aussi bien que le conscient ; il vous faut comprendre le temps, celui que mesure l'horloge, et le temps psychologique, et vous demander si on peut mettre fin au temps. Voilà ce qu'implique un examen de la pensée, cela demande un esprit très aigu, et non pas un esprit las, émoussé, un peu curieux, et qui s'est épuisé dans un travail de bureau pendant quarante années. Cela exige un esprit clair, aiguisé, capable de voir clairement avec intention, et qui ne vacille pas entre ceci et cela. Il doit être doué de l'énergie qui le mènera jusqu'au bout.

Quand vous l'aurez fait vous saurez par vous-même ce que c'est que le plaisir, l'éternelle souffrance qu'il entraîne et s'il est possible de vivre dans ce monde dans un intense ravissement, dans la félicité et l'extase, mais sans être prisonnier du plaisir et de la souffrance. Cela demande un esprit très sérieux, appliqué, non pas un esprit vacillant, plein de vanité et prêt à dire : « Je sais . » La plupart d'entre nous sommes de tels êtres humains pleins de vanité. Pour comprendre toutes ces choses dont nous parlons il faut une grande humilité; être humble signifie apprendre. Et vous ne pouvez apprendre que si vous êtes simples.

☆ *Je recherche des plaisirs de genres différents. Je dresse une résistance contre le plaisir parce que je sais qu'il va entraîner de la souffrance, et j'ai peur de cette souffrance. Malgré cela mon esprit veut des plaisirs constants. Comment puis-je être libre, libre de résister au plaisir, ayant peur de la souffrance, et pourtant de vouloir le plaisir ?*

★ C'est comme un homme qui veut s'accomplir lui-même par la littérature, la lecture, la peinture, la musique. Il veut être quelqu'un, mais il sait que ce désir même de s'accomplir comporte souffrance, tourment, détresse et peur. Et pourtant il veut s'accomplir.

Alors que faire? Il me faut regarder, examiner, non pas comment m'affranchir de la peur, de la souffrance, mais de savoir si l'accomplissement de soi est une chose qui existe, si le plaisir constant est une chose qui existe. Le problème n'est pas d'être affranchi de la souffrance tout en exigeant le plaisir, mais si dans le plaisir lui-même il n'y a pas souf-

france. Je veux m'accomplir parce que cela comporte un plaisir intense. Je veux être connu, célèbre, en tant que musicien, qu'écrivain, tout ce que vous voulez, parce que dans cet accomplissement il y a un plaisir intense, parce que je serai célèbre, que mon nom paraîtra dans les journaux et toutes ces balivernes. J'en retire un plaisir profond que je n'appelle pas : « Toutes ces balivernes. »

Je cherche à m'accomplir, mais il y a toujours quelqu'un qui est plus fort que moi, qui est plus connu, un plus grand écrivain, un meilleur musicien. Et dans tout cela il y a concurrence, souffrance; il me faut flatter les gens; être hypocrite; il me faut faire toutes sortes de choses qui sont laides. Tout ceci entraîne de la souffrance. Je veux réussir et dans cette réussite il y a plaisir, et en même temps je veux éviter la souffrance. Je dois me demander quelle est cette réussite, ce que je fais.

Le monde entier rampe devant le succès. Si j'ai de l'argent, un certain *standing*, un certain prestige, une certaine célébrité, si je suis quelqu'un, si je suis connu de ceux qui lisent les journaux, tout cela est très agréable; cela me donne un sentiment des plus satisfaisants. Mais enfin qu'est-ce que cela signifie ? La réussite, est-ce que cela existe ? L'accomplissement, et qu'est-ce que j'accomplis, et pourquoi est-ce que je veux m'accomplir? J'ai le désir de m'accomplir, d'être célèbre parce que, intérieurement, je ne suis *rien du tout*; je suis vide; je suis seul; je suis une pauvre créature et je me revêts des plumes de la célébrité parce qu'il se trouve que je possède une technique, un talent, je joue bien du violon, du piano, je sais manier la plume. Je m'évade de ce vide, de cette solitude, de cette éternelle activité égocentrique, de cet ennui, dans mes efforts pour m'accomplir parce que je me trouve posséder une petite technique. Cet accomplissement de soi est une évasion du fait de ce que je suis. Puis-je résoudre ce problème, le problème de ce que je suis, cette laideur, ce vide, cette activité égocentrique comportant des exigences et des névroses? Cette question résolue, cela m'est tout à fait égal d'être célèbre ou non, de m'accomplir ou non, je suis au-delà de toutes ces pauvretés. Et alors le plaisir, la pensée et la souffrance ont un sens tout différent, je les ai dépassés.

☆ *Voulez-vous, s'il vous plaît, approfondir la question d'apprendre en agissant?*

★ Il y a des usines où l'on a découvert que si un homme continue à répéter le même travail de la même façon, accomplissant les mêmes gestes, il produit moins, parce que cette activité répétitive l'ennuie ; mais si on lui permet d'apprendre en agissant il produit plus. C'est une chose qu'on découvre, et maintenant on permet à l'ouvrier d'apprendre en agissant.

Voyons la chose autrement. La plupart d'entre nous avons des idées. Pour nous les idées, les formules, les concepts, ont une énorme importance. La nationalité est une idée. Etre nègre, hindou, blanc, ce sont des idées. Et, bien que ces idées aient donné naissance à des activités effroyables, pour nous les idées, les idéologies, les formules sont extraordinairement importantes, tandis que l'action ne l'est pas. Nous agissons conformément à ces concepts, à ces idées ; nous adaptons l'action à l'idée. Il y a toujours un hiatus entre l'idée et l'action, et par conséquent il y a toujours un conflit. L'homme qui veut comprendre et mettre fin au conflit doit voir s'il est capable d'agir sans idée ; il doit apprendre tout en agissant.

Prenons l'amour. Ce n'est pas une chose simple; c'est assez complexe. Nous ne savons pas ce que signifie l'amour. Nous avons des idées à son sujet, que pour aimer il faut être jaloux, qu'il y a l'amour divin et l'amour humain. Nous avons beaucoup d'idées. Mais pour découvrir ce qu'il signifie, quelle est sa profondeur et sa beauté, et même s'il existe, — ce qui n'a rien à voir avec les bonnes œuvres, la sympathie, la tolérance, la douceur, bien que toutes ces choses y soient peut-être comprises, — si je veux vraiment découvrir quelque chose, je dois rejeter toutes mes idées et en rejetant tous les concepts que je peux avoir au sujet de l'amour, j'apprends à le connaître. Voilà tout.

17 juillet 1966.

V

Souvent je me demande pourquoi vous écoutez et pourquoi je parle. Nous contentons-nous d'échanger des concepts, des idées, ou bien faisons-nous ensemble un voyage, explorant, examinant ce que nous pouvons découvrir, de façon à ce qu'il n'y ait plus à proprement parler d'orateur et d'auditeurs? Avez-vous le désir d'être instruits pour savoir quoi penser ou comment penser, ou bien encore voulez-vous recueillir de nouveaux éléments de connaissance que vous pourrez ajouter à ceux que vous avez déjà accumulés au cours de votre vie ? J'ai la certitude qu'il serait intéressant pour chacun de nous de découvrir pourquoi nous écoutons tel ou tel orateur, quelle est la chose que nous recherchons en tâtonnant, que nous voulons trouver et même pourquoi nous cherchons, et cela nous aiderait à surmonter nos différents problèmes. Si chacun de nous pouvait découvrir par lui-même, dans l'intimité de son propre esprit et de son propre cœur, quel est l'objet de sa recherche, le voyage que nous faisons ensemble pourrait avoir une certaine signification. Il faut qu'il se produise en nous et par conséquent dans la société, une mutation radicale, une révolution dans toute notre façon de penser, de vivre, d'agir. Si tout cela n'est pas clairement établi, notre voyage commun sera complètement vain.

Nous voyons à quel point sont peu mûries les activités politiques, religieuses et économiques qui nous entourent. Il n'existe en fait qu'un seul problème politique, l'unité de l'humanité, et personne ne semble s'en préoccuper le moins du monde. On en parle beaucoup. Mais pour permettre à ce problème d'arriver à maturité, il faut un changement non seulement économique ou psychologique dans la structure

de la société, mais encore dans la structure de la psyché humaine. Voilà ce dont nous allons parler ce matin. Nous allons nous demander ce que c'est que penser, ce que sont l'esprit humain, la conscience, dans leur totalité. Et tout d'abord, qu'il soit clairement établi que nous n'allons pas diviser la conscience en compartiments divers, en fragments, parlant du conscient, de l'inconscient et de toutes les interprétations que cela peut entraîner. Il n'y a qu'un seul état, ce que nous sommes, notre être total que nous connaissons si mal, que nous n'avons pénétré que superficiellement; toute notre structure psychologique, nos réactions, nos limitations, nos conditionnements, nos aspirations, notre brutalité, notre violence, notre soi-disant amour. A moins qu'il ne se produise une immense révolution dans la structure tout entière de notre être, nos vies n'atteindront jamais la maturité; il y aura toujours une souffrance d'une sorte ou d'une autre; il y aura toujours conflit, douleur, confusion. Se contenter d'écouter une description, une explication, une théorie, ne peut en aucun cas changer le fait de ce que nous sommes.

Encore une fois, comment est-il possible de susciter une mutation de ce que nous sommes? Telle est notre unique préoccupation. Je suis comme vous, comme tous les autres gens de ce monde. Nous sommes le résultat de notre milieu, de la société au sein de laquelle nous sommes nés, de toutes les religions créatrices de propagande, des lavages de cerveaux qui nous font croire ou ne pas croire. Nous sommes le résultat de tout cela, et provoquer un changement dans ce champ limité n'est pas changer du tout. Changer implique transcender, ou aller au-delà des limitations. Comment ceci est-il possible ? Que faire ? Apprendre n'est ni souffrance, ni plaisir. Quand vous apprenez il n'y a pas de division entre ce qui vous plaît et ce qui ne vous plaît pas, ce à quoi vous résistez, ce à quoi vous vous cramponnez. Simplement vous apprenez. Et il me semble qu'une de nos difficultés, c'est que nous ne voyons pas l'importance qu'il y a à apprendre, à découvrir, à trouver par nous-mêmes. Ces choses ne sont pas possibles si nous pensons en fonction de plaisir, de souffrance, de résistance, de répression. Apprendre n'est possible que si nous sommes capables de nous regarder tels que nous sommes, et non pas conformément

à telle ou telle philosophie, à tel concept hypothétique ou théologique, mais seulement si nous voyons ce qui est vraiment le fait. Si nous pouvons rejeter tout cela, alors nous pouvons examiner ce que nous sommes vraiment et c'est dans un tel examen que nous pouvons apprendre. Nous n'apprenons pas si nous nous contentons d'accumuler. Quand nous apprenons une langue, le processus accumulatif est nécessaire, il devient savoir ou savoir-faire. Mais quand nous apprenons à nous connaître, à nous connaître dans notre intégralité, nos réactions, notre façon de penser, nos raisons de penser comme nous le faisons, nos mobiles, les influences qui agissent sur nous, les craintes, les anxiétés, la culpabilité, le sentiment d'être opprimés, — tout ce que nous sommes, — si nous ne sommes pas capables de nous voir avec clarté, il est impossible de susciter un changement radical à la racine même de notre être, et comme nous l'avons dit l'autre jour, l'esprit dans lequel nous nous regardons est de la plus grande importance.

Avez-vous jamais essayé de vous observer vous-même ? Ce vous-même n'est jamais immobile, il est dans un état de mouvement, de flux constant. Si vous vous regardez à partir d'un concept, d'une idée fixe, alors vous vous contentez d'interpréter ce que vous voyez conformément aux principes du plaisir et de la souffrance. Mais si vous êtes capables d'oublier, de rejeter complètement, de vous dénuder de ce concept, de ce que vous devriez être ou non, de ce que vous n'avez pas été, s'il n'y a plus aucun censeur, vous êtes alors capables de vous observer. Vous pouvez alors suivre le mouvement de chaque pensée, de chaque sentiment. Nous allons ce matin examiner la nature de la pensée. Jusqu'à présent, quand il s'est agi de nous modifier nous-mêmes nous avons cherché à le faire au moyen de la pensée, celle-ci étant désir, volonté, étant à la poursuite d'une idée à laquelle nous croyons devoir nous conformer, la « pensée-temps ». Elle dit : « Voici ce que je suis », ou « j'ai été ceci et je serai cela. » C'est donc elle qui devient l'instrument par lequel nous espérons susciter une révolution intérieure, elle, la pensée qui est une réaction de la mémoire, une accumulation des expériences séculaires de l'humanité, et de tel individu en particulier.

Nous sommes cet arrière-plan ; devant toute question, toute nouveauté, nous réagissons conformément à cet ar-

rière-plan, à notre conditionnement. La pensée sous forme de volonté, de désir, de gain ou de perte, est-elle capable de susciter en nous une révolution ? Et si elle en est incapable qu'est-ce qui le pourra ? Nous savons ce que signifie une révolution, un changement suscité par la pensée. Je me dis : « Je suis ceci », quoi que ce soit, effrayé, envieux, avide, assoiffé de satisfactions personnelles, fonctionnant dans une activité autocentrique. Ceci je le vois et je me dis : « Il me faut changer, tout cela est trop pénible, trop bête, trop puéril, tout cela entraîne de la souffrance. » Alors j'ai recours à ma volonté, je veux dominer, contrôler, supprimer, discipliner, tout cela c'est le fonctionnement de la pensée, et je m'aperçois qu'avec tout cela je ne change pas du tout. Je me déplace pour aller dans un autre recoin du même champ. Je serai peut-être un peu moins irritable, un peu plus ceci, un peu moins cela, mais la pensée n'a en aucune façon révolutionné ma psyché, mon être total. Elle n'a fait que susciter de nouveaux conflits, de nouvelles souffrances, de nouveaux plaisirs, de nouvelles luttes. Alors, quel est le principe qui pourra provoquer un changement, une révolution dans ce domaine ?

Quand vous vous posez cette question, quelle est la réponse ? Comment répondez-vous ? Toute votre vie vous avez lutté. Si vous avez assez d'argent vous allez trouver un psychanalyste, si vous êtes pauvres, vous allez trouver un prêtre. Si vous n'adoptez aucune de ces deux attitudes, vous vous observez vous-même, vous vous dominez, vous vous disciplinez — vous faites ceci, vous faites cela, des douzaines de choses. Mais dans toute cette lutte il n'y a aucun épanouissement, aucune beauté, aucune liberté, aucune paix. Vous vous trouvez devant un mur. Vous savez tout ceci si vous avez passé par là. Alors qu'est-ce qui va pouvoir provoquer un changement ? Comment répondre à cette question ? Si chacun de nous pouvait répondre à cette question par lui-même, y répondre sans attendre que quelqu'un d'autre le lui dise, cela en vaudrait vraiment la peine. Si vous attendez que quelqu'un d'autre vous instruise, vous n'apprenez pas. Comme je l'ai dit, nous faisons un voyage ensemble, il n'y a pas d'instructeur, il n'y a pas de disciple, il n'y a pas d'autorité. Il n'y a que votre univers intime, la solitude de votre propre enquête, de votre propre décou-

verte. Ce que vous découvrirez par vous-même donnera naissance à une nouvelle énergie, à une reviviscence. Mais si vous vous contentez d'attendre que quelqu'un vous instruise, vous êtes dans la vieille ornière de jadis et tout ceci n'a pas de sens.

Comment répondez-vous à cette question ? Vous avez pris un chemin, vous allez quelque part, vous rentrez chez vous. Vous interrogez quelqu'un et celui-ci vous dit que vous vous êtes trompé de chemin. Vous avez parcouru une longue route fatigante et vous découvrez que cette route, que ce chemin ne mène pas là où vous voulez aller. Vous avez demandé à beaucoup de gens et, par vous-même, vous découvrez que le chemin ne conduit nulle part. Que faites-vous alors ? Vous vous arrêtez, vous revenez sur vos pas, vous prenez un autre chemin mais, avant tout, vous vous arrêtez. Pour commencer vous videz votre esprit, ou plutôt l'esprit se vide de lui-même de tous les modèles, de toutes les formules. Il se vide de toutes les défenses dressées par sa mémoire, et c'est en se vidant ainsi de tout son contenu, qu'il met en branle le processus de la révolution. Mais personne n'est capable de vider un esprit qui est engagé, qui est toujours occupé, qui n'est jamais disponible. Un esprit est vide quand il a écouté, observé, regardé son propre mouvement dans son entier, et ceci peut être fait en un instant. Quand vous l'avez observé, quand vous avez aperçu l'impuissance de cette sempiternelle pensée en tant qu'instrument capable de susciter une révolution, alors tout naturellement vous tournez le dos à l'ancien chemin. Ceci ne peut se produire que quand l'esprit, la psyché tout entière sont complètement vides. C'est ce vide qui est la maturité et par laquelle une dimension entièrement différente de notre activité, et de notre vie, peut s'établir.

Voilà une demi-heure que vous avez écouté les paroles prononcées et où en êtes-vous ? Existe-t-il une idée, une idée qui n'est pas autre chose que de la pensée élaborée ? Etes-vous arrivés à une conclusion, vous efforcez-vous d'être en accord ou en désaccord avec cette conclusion, cherchez-vous à la développer ? Si c'est cela ce que vous faites, vous êtes encore dans le champ des activités égocentriques de la pensée. Mais si vous apprenez vraiment, chose que nous faisons ensemble, — il ne s'agit pas d'accumuler et d'agir conformément

à cette accumulation, — mais si vous apprenez tout en avançant, vous verrez par vous-même cette activité de la maturité qui est sans rapport aucun avec l'âge physique. Cet acte de la maturité, c'est un esprit qui n'est absolument pas occupé et pour lequel par conséquent il n'y a pas de problème.

L'esprit humain est le terreau des problèmes. Le problème y prend racine et, quand il a pris racine, nous nous demandons comment le résoudre. Si nous l'abordons et que nous le résolvons instantanément, — il ne s'agit pas de problèmes mécaniques, ou de métier, mais de problèmes humains, de problèmes intéressant nos anxiétés, notre désespoir, tous ces problèmes qui sont les nôtres, — si nous les abordons instantanément sans permettre à un intervalle de s'écouler entre le fait et ce qui doit être exécuté à son sujet, il n'existe plus de terreau où le problème puisse prendre racine. Nos esprits, nos cœurs, tout notre être sont pleins de problèmes non résolus parce que jamais nous n'entrons en contact direct avec aucun d'eux. Nous en avons peur. Pour entrer en contact avec n'importe quoi, avec la nature, avec l'extraordinaire beauté d'une montagne, il faut nous en approcher. Si nous nous tenons à une grande distance, à une grande hauteur, toutes les montagnes se ressemblent, il y a un effet de plaine avec un ou deux sommets qui se dégagent, mais quand nous nous rapprochons nous commençons à voir les vallées, les cascades. Nous voyons le rocher, sa forme, la beauté de sa ligne. Et quand nous sommes tout près, il y a un contact étroit avec ce que nous voyons. Malheureusement, nous ne nous permettons jamais d'entrer en contact étroit avec les choses parce que nous nous sommes isolés, nous nous sommes inhibés ; il existe d'innombrables défenses que nous avons construites.

Toutes ces défenses, ces répressions, ces craintes, tombent instantanément quand on entre en contact direct avec elles. Cela ne se peut que quand la pensée a été comprise, quand vous avez vu son importance dans certains domaines, et quand existe ce vide de l'observation. Vous n'êtes capables de regarder que quand vous êtes vides, quand vous n'êtes pas occupés, quand vous n'avez pris aucun engagement. Vous ne pouvez pas regarder la nature, un arbre, une fleur, une montagne, un fleuve, le ciel, si votre esprit est rempli

d'idées, de préoccupations, d'intérêts ; quand il est torturé par sa propre mesquinerie, ses propres maladies, sa propre anxiété.

Mais en fait, que pouvez-vous faire au sujet de cette activité égocentrique ? C'est une des choses les plus difficiles de se rendre compte que vous n'y pouvez absolument rien. Quand vous vous trouvez devant un problème et que vous le contemplez dans un complet silence, sans aucun engagement, vous êtes alors en contact immédiat avec lui ; il n'y a plus d'observateur et de chose observée. Vous êtes devant le fait de ce qui est. Vous verrez alors par vous-même, qu'il se produit un changement immense qui n'est pas l'effet de la pensée, ni du plaisir, ni de la fuite devant la douleur.

☆ *Mais la pensée continue sans cesse et tout le temps et sans fin. Comment y mettre fin ?*

★ Si je réponds : « Je ne sais pas », qu'allez-vous faire ? Vraiment je ne sais pas. Monsieur, écoutez avec soin les paroles prononcées. On a essayé tant de procédés, il y a des gens qui se sont retirés dans un monastère, qui se sont identifiés à une image, une théorie ou un concept ; qui ont pratiqué des disciplines, la méditation, ils se sont contraints, ils ont supprimé, ils se sont efforcés de mettre fin à la pensée. L'homme a essayé tout ce qui est possible ; il s'est torturé de milliers de façons différentes parce qu'il s'est rendu compte que le fait même de penser, c'est être plongé dans la douleur. Comment faire ? Ceci implique bien des choses. Dès l'instant où vous faites un effort pour mettre fin à la pensée, vous vous trouvez devant un problème. Il y a un état contradictoire. Vous voulez l'arrêter et il continue, il continue toujours. Cette contradiction engendre un conflit. Toutes les contradictions engendrent des conflits. Donc, qu'avez-vous fait ? Vous n'avez pas mis fin à la pensée, mais vous avez créé un nouveau problème, qui est un conflit. Et ainsi tout effort pour arrêter la pensée ne fait que la nourrir et lui donner plus de force. Vous savez très bien que vous êtes obligé de penser, il vous faut toute l'énergie dont vous disposez pour penser clairement, sans faute, sainement, rationnellement, logiquement. Mais vous savez aussi qu'une pensée saine, rationnelle et logique est incapable de

mettre fin à la pensée. Celle-ci poursuit sans fin, éternellement.

Alors que faire ? Vous savez que toute forme de contrainte, de discipline, de suppression, de résistance, de conformisme à une idée, est une perte de temps, donc vous rejetez tout cela. L'avez-vous fait ? Et si vous l'avez fait, alors, que ferez-vous dorénavant ? Vous ne ferez absolument rien. Tout d'abord vous penserez que vous devez y mettre fin. C'est une idée derrière laquelle se cache un motif. Vous voulez mettre fin à la pensée parce qu'elle n'a pas résolu votre problème. Donc, l'esprit est-il capable, non pas un fragment de notre esprit, mais l'esprit dans sa totalité qui comprend le système nerveux, le cerveau, les sentiments, absolument tout, l'esprit est-il capable de voir qu'il n'y a rien qu'il puisse faire, et alors persistera-t-il dans ses activités ? Vous verrez que non.

☆ *J'ai dû regarder le problème d'une façon fausse.*

★ Monsieur, vous avez devant vous un problème, un problème mathématique, un problème personnel ; vous l'avez approfondi, examiné, fouillé, vous en avez parlé et vous n'avez pas pu trouver de réponse. Alors qu'est-ce qui se passe ? Vous l'abandonnez, n'est-ce pas ? Mais il est très important de découvrir *comment* vous l'abandonnez. Si vous l'abandonnez par désespoir, par peur, ou pour tout autre motif, votre esprit en est encore occupé. Mais si vous l'abandonnez parce que vous l'avez examiné de toutes les façons possibles, alors vous le laissez tomber *complètement*, ce qui veut dire que votre esprit n'en est plus occupé, qu'il n'en a plus peur, qu'il ne désire même plus trouver une réponse ou une évasion. Et alors, si vous le laissez tomber complètement, de cet état de vide jaillit la réponse. N'avez-vous pas remarqué ceci dans les choses les plus courantes de la vie ? Vous êtes devant un problème mathématique ou un problème humain avec lequel vous avez lutté sans trouver de solution, et si alors vous dites : « Eh bien ! il n'y a plus rien que je puisse faire », vous vous apercevrez que subitement la pensée prend fin.

Ceci nous met devant une question tout à fait différente. Il faut nous servir de la pensée. Nous sommes tous d'accord

là-dessus. Elle a sa valeur, son importance et sa place. Un être humain peut-il vivre dans un état d'esprit qui est tellement actif qu'il en est vide ? Un tambour parfaitement tendu est toujours vide à l'intérieur, et quand vous le frappez il rend la note juste. Est-il possible pour l'esprit d'être dans cet état de vide total ? J'espère que vous comprenez ce dont je parle. Ce n'est pas une chose vague, mystique, enfantée dans un rêve. Mais la beauté de la vie, la beauté d'un arbre ne peut être perçue qu'à partir du vide. Vous êtes incapables de voir si vous n'êtes pas vides — dégagés de tout engagement, toujours disponibles, prêts à apprendre, n'accumulant jamais, observant, éveillés, lucides, sans aucun choix, et par conséquent dans un état d'intense attention. N'avez-vous jamais remarqué que vous comprenez quand vous êtes complètement attentifs, avec vos nerfs, votre esprit, votre cœur, vos oreilles. Dans cet état d'intense attention il n'y a pas de pensée. C'est seulement quand surgit ou quand paraît l'inattention que tout le cirque se met en branle.

☆ *Quelle est la différence entre le processus de la pensée et la pensée ?*

★ Il n'y a vraiment pas de grande différence. Ne vous perdez pas en voulant couper les cheveux en quatre. Le processus de la pensée, c'est quand je vous pose une question que vous connaissez bien, et si vous la connaissez très bien la réponse est immédiate. Si vous la connaissez moins bien, il s'écoule un certain intervalle de temps entre la question et la réponse, pendant ce temps la mémoire entre en action ; vous interrogez, vous regardez, vous attendez. Tout ce processus donne naissance à une idée, à une réponse. Si vous en arrivez au point où vous pouvez dire que véritablement vous ne savez pas comment mettre fin à la pensée, — vous n'attendez pas que quelqu'un d'autre vous le dise, vraiment vous ne savez pas, — dès cet instant vous avez cessé de penser, n'est-ce pas ? Et quand vous dites : « Vraiment, je ne connais pas la réponse à cette question, c'est la première fois que je l'entends », de cet état d'innocence, de non-savoir, la pensée qui, elle, n'est pas innocente, prend fin.

☆ *Tandis que vous parlez, pensez-vous ?*

★ Pas beaucoup, voyez-vous. Naturellement, comme nous parlons anglais, le souvenir de la langue, le souvenir de cette langue pour communiquer aussi clairement que possible, tout cela c'est de la pensée, mais l'auditeur voudrait savoir : « Pensez-vous en dehors de cela, tandis que vous parlez pensez-vous ? » Si vous pensez en parlant il y a répétition. Si vous ne pensez pas et si vous parlez à partir du vide, les paroles, elles, peuvent être répétitives, mais le contenu, la chose exprimée est nouvelle et pleine de fraîcheur ; elle contient une vitalité entièrement différente.

☆ *Il y a des guerres. Il y a la haine. Les journaux sont pleins de la brutalité la plus crasse, les chicanes politiques, et ainsi de suite, et ainsi de suite. Devons-nous voir tout cela sans jugement avec un esprit vide et ouvert ?*

★ Tout d'abord, est-ce possible ? Il y a une guerre au Vietnam. Des deux côtés des gens se font blesser et tuer. Vous êtes, disons, Américain ou Vietnamien. Vous avez vos propres réactions. Vous êtes pacifiste et vous ne voulez tuer personne, ou vous êtes communiste et vous voulez voir triompher votre parti. Nous prenons toujours parti, n'est-ce pas ?

☆ *Mais nous devrions rejeter cette attitude de prendre parti.*

★ Non, non, non ! Ne rejetez *rien du tout*. Ne vous dites pas : « Je ne dois pas prendre parti, je dois être ceci, je ne dois pas être cela », mais voyez ce que vous êtes vraiment. Vous êtes nationaliste, vous êtes engagé dans un certain modèle de vie, la façon de vivre, américaine ou hindoue, ou Dieu sait quoi d'autre. On est engagé en tant que communiste, que socialiste, que travailliste, et à partir de cet arrière-plan, de ce conditionnement on réagit forcément. Alors quoi faire ? Si la réaction est très forte, on se met à haïr les Vietnamiens ou les Américains, ou on devient pacifiste, ou ceci ou cela. Mais rien de tout cela ne va mettre fin aux guerres. Qu'est-ce qui va pouvoir mettre fin aux guerres ? Prendre parti pour les Américains ou les Viet-

namiens, ou qui que ce soit, ne va pas arrêter les guerres. Voilà la question fondamentale. Qu'est-ce qui va pouvoir mettre fin à cette haine, à cette violence qui s'exerce en Amérique entre les nègres et l'homme blanc, et dans beaucoup de pays entre le communiste et le bourgeois ? Qu'est-ce qui peut y mettre fin ? L'histoire nous enseigne qu'il y a eu quinze mille guerres dans les cinq mille cinq cents dernières années, ce qui veut dire deux guerres et demie par an. Les êtres humains sont engagés dans une vie de violence, d'ambition, d'avidité, de concurrence, de poursuite de célébrité, du prestige de son pays ; tout cela est violence. Comment peut-on, comment un être humain, — pas un Américain, pas un Vietnamien, un communiste, un homme sans étiquette, — mais un être humain, c'est-à-dire vous et moi, que nous vivions ici où là, comment mettre fin à la violence ?

C'est là la question. Il ne s'agit pas de prendre parti, celui-ci ou celui-là, mais comment mettre fin à la violence ? Certes pas par l'idée de non-violence. C'est une chose assez difficile. Examinons-la. En tant qu'être humain je suis violent, je suis ambitieux, avide, envieux, engagé dans la concurrence, centré sur moi-même, c'est la nature même de mon être. Les cellules cérébrales elles-mêmes sont le résultat de siècles d'animalité, et je suis violent. Ayant étudié l'histoire, ayant souffert, je dis qu'il ne faut pas être violent, la violence ne conduit à rien. Et je voudrais m'affranchir de la violence, et je me figure qu'ayant un idéal de non violence, je peux utiliser cet idéal comme un levier qui me permettra de m'en débarrasser. Les choses ne se passent jamais comme cela.

Ce qui pourra nous affranchir ce n'est pas l'idéal de non-violence, mais le fait de la violence, de pouvoir connaître ce fait, et non pas de nous tourner vers l'idée de ce qui devrait être, chose que nous avons faite maintes et maintes fois. La non-violence a été préconisée aux Indes et partout ailleurs. Toutes les religions ont parlé de non-violence, elles ont dit : « Soyez bienveillants, soyez doux, ne faites pas de mal, aimez-vous les uns les autres. » Et les religions n'ont pas amené la paix ; au contraire, il y a eu des guerres de religion. Ce qui peut mettre fin à la violence, c'est de la

regarder en face, d'affronter ce qui est, et ceci implique qu'il n'y ait plus de nationalités.

☆ *Mais la guerre est un processus historique.*

★ Oui, madame, je sais tout cela. Les Indes ont été envahies par les Chinois, et quand nous avons parlé à ce sujet aux Indes, ils ont dit : « Mais de quoi parlez-vous ? On nous attaque, il faut nous défendre. Pour cela une armée est nécessaire. » Et nous en sommes à notre point de départ. La haine, la guerre continueront, à moins que nous ne voyions pas tous que la haine ne peut pas prendre fin par la haine, par l'agression. Si nous allions parler aux Vietnamiens de l'absence de haine, on nous jetterait à la rivière, ou bien nous serions fusillés parce qu'on nous prendrait pour des pacifistes. C'est là ce que nous voulons dire quand nous disons qu'il faut une révolution totale de l'esprit de sorte que nous ne soyons plus chrétiens, bouddhistes, catholiques, communistes, Américains, Hindous, Allemands ou Italiens. Nous sommes des êtres humains. Et l'unité de l'homme est ce qui importe et non pas de voir un pays se dresser contre un autre.

19 juillet 1966.

VI

Ce matin, nous allons examiner la question de l'action. Il y a lieu de l'approfondir, et de voir si nous pouvons trouver et apprendre à connaître une action exempte de toute contradiction, une vie où n'existent plus le conflit des opposés, plus d'éléments contradictoires. La plupart d'entre nous menons une vie privée et une vie publique. La vie publique est morcelée ; nous portons en public des masques différents, nous adoptons des attitudes, des poses différentes. Nous avons tant de ces masques ; nous les revêtons facilement et nous ne les retirons que dans l'intimité de nos propres cœurs, de nos propres esprits. Dans notre vie privée aussi, quand on a l'esprit assez sérieux, si l'on est lucide, on s'aperçoit que nous portons aussi de nombreux masques. Avec nos amis nous en mettons un, dans l'intimité de notre famille un autre, et si jamais nous sommes seuls nous en avons alors encore un qui est totalement différent. Chacun est en contradiction avec les autres, à la fois dans la vie publique et dans la vie privée. La plupart d'entre nous n'en avons même pas conscience. Nous nous laissons pousser, nous adaptant aux diverses influences, aux diverses pressions, agissant et réagissant conformément aux directives que nous imposent ces masques. Nous vivons une vie de contradiction et de conflit jusqu'au jour de notre mort. Aucun de ces états ne semble être permanent ; chacun a sa vie propre, sa propre activité ; et nous n'en prenons conscience qu'aux moments de crise, de conflit intense. Alors nous nous demandons quoi faire, comment agir et, chose étrange, chaque masque, chaque aspect dicte sa propre discipline, sa propre activité, sa propre façon de vivre.

Si nous avons l'esprit quelque peu sérieux, nous prenons conscience de cet état, et cherchons à intégrer ces diverses contradictions ; mais plus nous nous efforçons d'assembler ces éléments et de les réunir dans une sorte d'unité, plus le conflit, plus la contradiction s'intensifient. Je crois que la plupart d'entre nous le savent ; la plupart d'entre nous avons conscience de nos faux semblants, des vanités, des affirmations que nous faisons à la fois en public et en privé. Si nous retirons ces masques, que reste-t-il ? Si nous sommes sérieux, appliqués dans toutes ces choses, nous devrions découvrir non seulement quels sont les faux-semblants, les vanités, les hypocrisies, les contradictions, les activités toutes en conflit les unes avec les autres ; nous devrions découvrir, et cela par nous-mêmes, s'il est possible de se dénuder de tout cela et de voir directement ce qui est.

Quand il n'y a plus de faux-semblants, plus de masques, plus d'idées préconçues sur ce qui devrait ou ne devrait pas être, quand nous avons mis de côté toutes les influences sociales, politiques et économiques, celles venant du climat, de l'alimentation, enfin toutes, nous devrions non seulement découvrir ce qui reste, mais si nous sommes capables de vivre avec ce qui reste. Quand nous vivons une vie exempte de contradictions, une vie où il n'y a plus d'effort, et par conséquent aucune contradiction à n'importe quel niveau, alors seulement existe la liberté. Dans cette liberté seule, on peut voir régner la paix et l'épanouissement d'une chose entièrement neuve, une joie nouvelle, une félicité qui ne doit rien ni au désir, ni au plaisir.

Nous ne retirons nos masques que quand nous sommes absolument seuls dans l'intimité profonde de nos cœurs et de nos esprits ; mais si nous pouvions ce matin découvrir par nous-mêmes tous les faux-semblants, les masques que nous revêtons quand nous rencontrons des étrangers ou même des amis intimes, nous pourrions peut-être découvrir ce qu'est l'action véritable. Peut-être pourrions-nous alors nous rendre compte s'il est possible de vivre dans le monde actuel, d'aller à notre travail, de diriger une maison, d'avoir des rapports avec notre mari ou notre femme, de poursuivre toutes nos activités sociales, tout en menant une vie globale, totale et si complète, qu'elle n'est ternie

par aucune ombre de contradiction ou de conflit. Il y a une grande beauté à l'apprendre et dans cette beauté il y a une grande joie ; mais pour la comprendre il nous faut non seulement pénétrer la question du désir, qui est celle du plaisir, mais complètement oublier, rejeter cette notion si courante, si à la mode : l'importance de l'inconscient.

Il est devenu très à la mode de parler à perte de vue de l'inconscient, de l'approfondir, d'en interpréter les différents mobiles, les pressions, les exigences, les suggestions cachées. En rejetant ce que nous avons coutume d'appeler l'inconscient, il nous faudrait aussi être totalement affranchis de tous nos rêves, à l'exception de nos rêves physiques qui se produisent quand nous avons trop mangé, ou autre chose du même genre. Il y a beaucoup de travail à faire ce matin si nous voulons approfondir cette question d'une vie, d'une action où il n'y a plus de contradiction du tout. Si nous pouvons éclaircir la question, apprendre à la connaître, nous serons au-delà du plaisir, du désir et trouverons quelque chose qui est plein de joie, une grande félicité. Nous ne pourrons la connaître à moins d'avoir compris tous ces états contradictoires de l'existence, leurs masques, leurs faux-semblants divers. Si donc vous le voulez bien, ce matin nous allons avancer ensemble, apprendre et explorer. Il ne s'agit pas de nous entendre dire quoi découvrir ou ne pas découvrir, quels sont les masques, les faux-semblants, il s'agit d'en prendre conscience. Si nous pouvons le découvrir par nous-mêmes, cette vision même dégagera une grande énergie permettant de nouvelles découvertes.

Commençons donc. Tout d'abord nous allons apprendre ensemble. Nous allons apprendre en nous exposant à nous-mêmes, parce que ce n'est pas ici une réunion de masse, où quelqu'un analyse toute la question et vous vous contentez d'écouter. Je n'ai pas du tout ce sentiment, ce serait trop bête et même trop laid. Si nous sommes névrosés, déséquilibrés, il est peut-être utile de faire un peu de psychanalyse, et peut-être que beaucoup d'entre nous sommes un peu déséquilibrés. Mais la psychanalyse, la découverte de la cause de nos misères ne nous affranchissent pas du fait. La découverte du fait, une pleine attention dirigée vers ce fait de ce qu'est la découverte, ne comportent pas

d'analyse ; il n'y a pas d'intervalle de temps qui permette d'examiner, de découvrir quelle est la cause. Quand nous accordons notre attention pleine et entière, quand nous faisons par nous-mêmes, et pour nous-mêmes, une découverte, que nous apprenons par nous-mêmes à connaître ce qui est, nous subissons une révolution considérable, et c'est ce que nous allons faire ensemble ce matin. L'attention ne comporte aucune pensée ; elle ne comporte pas de temps, pas d'observateur et de chose observée. Si nous accordons notre complète attention à une chose, quelle qu'elle soit, que ce soit en faisant la cuisine, quand nous écoutons quelque chose, quand nous lisons, quand nous contemplons la beauté du ciel le soir, si nous y accordons notre plus complète attention, avec nos cœurs, nos esprits, nos nerfs, nos oreilles, tout ce que nous possédons, nous nous apercevons qu'en cela il n'y a plus d'observateur ; il n'y a plus de chose observée ; il n'y a point d'intervalle de temps qui permette d'examiner. Dans cette attention-là, il n'y a rien, le fait lui-même disparaît.

Voilà ce que nous allons apprendre : non seulement commenter, découvrir les différents masques, les faux-semblants, les mesures de défense que nous avons si soigneusement et si habilement élaborées, mais nous allons apprendre et voir s'il est possible, vivant dans ce monde, — qui est un monde plein de confusion, de laideur, de douleur, de destruction et de brutalité, — s'il est possible de vivre sans masque, sans résistance, et par conséquent d'agir d'une façon totale, dépourvue de tout élément de contradiction. J'espère que vous voyez avec clarté que l'inconscient, comme on l'appelle, n'a absolument aucun sens. Il n'y a qu'un état de lucidité qui règne quand vous entrez dans cette tente, une prise de conscience de toutes les couleurs, des visages, des gens, une prise de conscience dépourvue de toute nuance de choix. Si nous sommes purement et simplement conscients, comme nous le sommes en regardant une fleur, ou en écoutant le bruit de cet aéroplane, si nous nous contentons d'écouter d'une façon totale, sans résister, sans ressentir aucune irritation, simplement d'écouter d'une façon complète, il n'y a pas d'inconscient. Celui-ci devient une chose tout à fait banale et courante.

Nous avons posé la base qui nous permettra d'exami-

ner le masque, le faux-semblant. Puis-je, pouvez-vous en prendre conscience sans qu'il y ait la moindre condamnation, le moindre jugement, la moindre justification ; simplement une prise de conscience de nos masques, de nos faux-semblants. Il est impossible d'aller plus loin sans en avoir pris conscience. En nous dénudant de ces différents masques, de ces faux-semblants, nous en viendrons à un point où nous ne serons absolument plus rien. C'est assez effrayant parce que la plupart d'entre nous ne savent pas ce que cela veut dire. C'est une chose que nous ne connaissons que verbalement. Nous l'avons regardée de loin, avec un peu d'appréhension, ou bien nous sommes las de nos vies, de nos rapports avec autrui et nous éprouvons le désir de nous isoler, de tout rejeter, de rester seuls, toutes choses qui ne sont que des réactions. Mais si, effectivement et réellement, nous prenons conscience de chaque masque, ou si nous apercevons d'un seul coup d'œil instantané tout le processus de fabrication des masques, nous en sommes instantanément affranchis. Nous nous trouvons devant deux processus. Ou bien nous découvrons chaque masque, chaque faux-semblant, morceau par morceau, jour après jour, ou bien le processus tout entier se dévoile pour nous instantanément. Si nous découvrons petit à petit, graduellement, il faudra évidemment du temps. Un processus graduel implique toujours du temps, et dans cet intervalle qui s'écoule entre le fragment que nous avons découvert aujourd'hui et celui que nous pourrons découvrir demain, un nouveau masque a pris naissance.

Il est très difficile pour la plupart d'entre nous de voir clairement qu'une compréhension, qu'une vision, qu'un approfondissement graduel sont une chose qui n'existe pas. Tout notre conditionnement nous pousse à accepter ce processus évolutif graduel. La plupart d'entre nous sommes nationalistes, Anglais, Allemands, Français, Italiens, Hindous, Chinois, et nous nous figurons que petit à petit nous deviendrons internationalistes, Européens ou Américains. Qu'après être devenus internationalistes nous deviendrons supernationalistes, et qu'en fin de compte régnera l'unité humaine, quand nous serons tous morts, quand nous nous serons tous assassinés, quand chaque

pays aura ravagé le monde avec l'aide de ses politiciens. Nous nous disons qu'à la fin des choses il y aura une unité, mais cela n'arrive jamais.

Si vous saisissez la nature du nationalisme, tout son contenu, pas simplement son aspect verbal, ses drapeaux brandis, ou les protestations du pacifiste, mais le processus tout entier, dès l'instant où vous le comprenez tout entier, c'est fini. Vous n'appartiendrez plus à aucun pays, à aucun groupe, à aucune race ; mais pour cela il faut y donner votre attention. Ce qui veut dire que vous ne devez plus être paresseux, indolents et prisonniers de toute cette idée du graduel. Vous voyez le processus dans son entier, celui qui consiste à fabriquer tous ces masques, ces faux-semblants. Vous le voyez tout de suite, ou pas du tout. N'allez pas dire : « Je comprendrai petit à petit ; comme quand on pèle un oignon, j'enlèverai une couche après l'autre, une peau après l'autre. » Ne vous dites pas que vous ferez la chose petit à petit. Ou bien vous la voyez instantanément, ou bien pas du tout. Si vous ne la voyez pas, laissez-là tranquille. Et n'allez pas non plus vous dire : « Il faudrait que je la voie, il faut que je me force à la voir, j'ai tellement envie d'une vie différente. » Jamais vous n'arriverez à rien en vous y prenant comme cela ; ce n'est pas comme cela que ça se passe. C'est comme une personne qui est riche et qui fait semblant d'être pauvre. C'est un masque ; ce masque est pour elle un réconfort. Si vous êtes riches, ne faites pas semblant d'être autre chose. Parce qu'alors tout est fini pour vous. Ce qui est important c'est qu'il n'y ait pas de conflit.

Vous devez découvrir ou apprendre par vous-mêmes quand vous avez une vision globale du mécanisme des faux-semblants. Si vous voyez la chose immédiatement et totalement, ou non. Si vous ne la voyez pas, découvrez pourquoi. Peut-être avez-vous peur. Peut-être vous dites-vous : « Je ne sais pas où tout ceci va me conduire. J'ai dressé tant de résistances, tant de défenses derrière lesquelles je m'abrite, et vous me demandez d'abattre tout cela ; où cela va-t-il me conduire ? Il faut me garantir que je trouverai quelque chose qui transcende tout ceci. » Alors, et alors seulement vous êtes prêts à tout mettre par terre s'il vous reste un peu de foi mais, très heureuse-

ment, la plupart d'entre nous n'avons foi en rien du tout.

Découvrez par vous-même, et apprenez par vous-même, pourquoi vous vivez derrière ces masques, usant de ces faux-semblants. Ce n'est pas très difficile à découvrir. C'est parce que vous désirez que l'on pense, oh ! tant de choses de vous, des choses que vous n'êtes pas. Vous voudriez être tenu pour un grand homme, un grand écrivain, un grand ceci ou cela. Vous rejetez ce que vous découvrez de vous-même. Vous avez peur de perdre quelque chose que vous tenez dans la main, ou que vous avez dans le cœur. S'il vous plaît, ne vous contentez pas d'écouter, en vous amusant distraitement, les paroles prononcées, ce serait sans valeur aucune. Vous pouvez venir à ces réunions année après année dans l'attente des vacances, et avec une certaine indifférence, écouter les paroles prononcées. Mais quand vous rentrerez chez vous, chacun dans son foyer, vous recommencerez toute cette vie de confusion, de souffrance et de conflit. Mais si vous écoutez vraiment, et écouter implique apprendre, alors vous êtes portés par un fleuve dont on ne peut connaître le fond, poussés par une force énorme et qui est sans cesse en mouvement vous portant avec lui. Si vous écoutez ainsi, découvrez alors pourquoi ces faux-semblants existent, et ne perdez pas une seule seconde à vous en demander la cause, à les analyser, à les disséquer, à lutter contre eux, à remettre au lendemain. Analyser, rechercher les causes sont de pures et simples évasions ; vous savez très bien pourquoi existent ces masques, ces faux-semblants, ces défenses, personne n'a besoin de vous le dire, vous le savez. Ce qui importe, c'est de prendre conscience de ces défenses, de ces résistances, de ces faux-semblants.

Quand vous en avez pris conscience, brisez-les. Si vous ne voulez pas les briser, restez derrière ; restez comme vous êtes. Ne donnez pas naissance à un nouveau problème, parce que tous nous avons déjà tant de problèmes, créés par ces masques et ces défenses. Si vous vous dites que cet état de choses est inévitable, qu'il est naturel, que vous n'y pouvez rien, que la vie est comme ça, alors restez comme vous êtes. Ne donnez pas naissance à un nouveau problème en vous disant qu'il faut briser ces masques, ces défenses. N'en faites pas un problème. Si

vous n'en faites pas un problème, une question primordiale, alors vous pourrez voir ce qui est, dans un esprit détendu, amical ; c'est seulement quand vous avez le souci de comprendre que tout cela commence à s'effondrer. Si vous vous dites : « Il faut que je le comprenne, il faut que je le brise », vous ne le ferez jamais. Mais si une fois, vous avez brisé ces masques et ces défenses, jamais vous ne vous poserez la question : « Que reste-t-il ? » Il y a alors une action qui n'est jamais contradictoire, qui est éternellement neuve et pleine de fraîcheur.

Ce que nous connaissons de l'action est répétition. Tel un homme qui va à son bureau pendant quarante années jusqu'au moment de sa retraite, et qui meurt laissant sa fortune à sa femme. Son activité est répétition, il fait éternellement la même chose, peut-être avec un peu plus d'habileté que son voisin, il gagne un peu plus d'argent, mais c'est toujours le même modèle qui se répète jour après jour. Cette répétition dans l'activité nous est une grande source de confort. Nous nous y sentons en sécurité, nous ne la mettons jamais en doute, jamais en question. C'est comme de se laisser porter par une vague qui soulève la société, comme cela se passe en temps de guerre. Pendant une guerre, tout le monde se sent extraordinairement uni aux autres ; nous n'avons plus de responsabilités ; on nous dit quoi faire, et nous obéissons. Pour nous, l'action signifie en général répétition et par conséquent il n'y a jamais ni nouveauté, ni fraîcheur, il n'y a jamais rien qui dégage la moindre énergie. Mais quand il n'y a plus aucune défense, aucun faux-semblant, aucun masque, il y a alors une action d'un autre genre, totalement différente, une action qui n'a pas sa source dans une expérience accumulée auparavant, laquelle est nécessaire à certains niveaux. Il règne alors un esprit qui est toujours neuf, plein d'innocence et de fraîcheur. L'innocence est sans masque, sans défense. Elle est entièrement vulnérable et de cette innocence, de cette vulnérabilité jaillit une action, une chose extraordinaire, une action qui ne connaît ni la souffrance, ni la douleur, ni le plaisir, mais un sentiment extraordinaire de joie.

Avant de vous mettre à poser des questions, avant d'entrer dans les détails, vivez ce qui vient d'être dit pen-

dant quelques minutes, quelques secondes. Ne vous dressez pas tout de suite pour dire : « J'ai une question à poser. » Nous venons de parler d'une chose sérieuse qui demande beaucoup d'examen, une profonde interrogation. C'est véritablement une méditation, non pas cette sottise que nous appelons habituellement la méditation. Alors, si je puis vous le suggérer en tout respect, ne dites pas immédiatement : « J'ai une question que je voudrais poser. »

Restez avec tout ceci, permettez que cela frémisse en vous. Et quand vous quitterez la tente, ne vous mettez pas immédiatement à bavarder de toutes les choses qui sont en général le sujet de vos bavardages.

C'est comme quand on plante une graine dans la terre ; nous la plantons avec grand soin. Nous creusons un trou, nous enrichissons le sol. Nous lui donnons de l'eau, de la pluie, du soleil, mais si nous sommes tout le temps à l'arracher pour voir si elle pousse, nous la tuons. Et c'est ce que nous faisons toujours. Nous entendons quelque chose, — c'est peut-être vrai, c'est peut-être faux, ce n'est pas cela qui importe, — nous entendons quelque chose, et nous réagissons immédiatement, soit pour le rejeter ou l'accepter, le nier ou agir dessus. Mais nous ne nous inquiétons jamais de donner à cette chose l'occasion de fleurir.

Ceci ne veut pas dire que je veuille vous empêcher de poser des questions. Poser une question est une chose importante, mais ce qui est encore plus important c'est de poser une question juste, et pour poser une question juste nous devons pénétrer très profondément dans cette question. Nous devons poser des questions à tous les sujets, la nationalité, les rois, les reines, les procédés de gouvernements, les religions, tout ce qui intéresse l'humain. Il est nécessaire aussi d'avoir une bonne dose de scepticisme. Il serait nécessaire de ne jamais dire : « oui », mais de dire toujours : « non », et d'examiner. La plupart d'entre nous sommes enclins à dire oui, parce que nous avons été entraînés dans ce sens depuis notre enfance. Le père, la mère, le prêtre, le gouvernement, tout ce qui nous entoure est tellement conditionné, est tellement poussé à nous influencer que nous acceptons n'importe quoi. Par conséquent nous posons rarement des questions et quand nous les posons, elles sont souvent très sottes.

Poser une question très sérieuse, une question juste, c'est une chose très importante, parce que si la question est juste la réponse le sera aussi.

☆ *Comment puis-je être innocent et vulnérable, tout en vivant dans ce monde ?*

★ Je crains que la question n'ait été mal posée, si vous voulez me permettre de le dire. Comment vivre dans ce monde tout en étant innocent ? Pour commencer, *soyez innocent*, et alors vous vivrez dans ce monde, et pas le contraire. *Soyez vulnérable*, soyez-le intensément ; mais vous ne comprenez même pas ce que cela veut dire que d'être innocent. Si vous êtes innocent vous pouvez vivre dans ce monde, dans un autre, dans n'importe quel monde. Mais si vous n'êtes pas innocent vous cherchez à établir avec ce monde des compromis, et dès cet instant tout l'enfer se déchaîne. Mais *apprenez à connaître* ce sentiment d'innocence. Ne cherchez pas à l'acquérir, ce n'est pas le mot juste. C'est un état où n'existent plus de masques, de feintes, de conflits. *Soyez* dans cet état et alors vous pourrez vivre dans ce monde. Vous pourrez aller à votre bureau, faire n'importe quoi. Si vous savez ce que c'est que l'amour vous pourrez faire tout ce que vous voudrez. Il n'y a pas de conflit, de péché, de souffrance. Quand l'auditeur dit : « Comment puis-je découvrir cette innocence, cette vulnérabilité, ce sentiment d'être sans défense, sans feinte, sans masque ? » C'est là la question juste et non pas comment vivre. Alors vous le vivrez, vous vivrez dans ce monde, mais d'une façon complètement différente.

☆ *Comment puis-je, moi qui ai été torturé, dont l'esprit, dont le cerveau a été déformé, battu, conditionné, presque brisé, comment puis-je apprendre, comment puis-je découvrir cet état où il n'y a aucune défense ?*

★ Je l'ai expliqué, mais l'explication n'est pas la réalité. Vous pouvez écouter des douzaines d'explications, mais la vérité n'est pas le mot. Le mot n'est jamais la chose ; le symbole n'est jamais la réalité. L'auditeur dit : « Moi qui vis dans ce monde, qui dois gagner ma vie, qui

vis avec un conjoint, ou non, avec toutes les complications que cela comporte, comment puis-je briser tous ces faux-semblants ? » Je ne crois pas que vous le puissiez. Vous ne pouvez rien faire du tout. Tout ce que vous ferez sera toujours une activité autocentrique. Dès l'instant où vous vous dites : « Il faut que j'obtienne telle chose ; il faut que je brise tout ceci », c'est encore ce même moi qui s'est toujours défendu et qui maintenant cherche une défense différente. Mais si vous prenez une connaissance directe du fait, du présent réel, du fait que vous vivez une vie de faux-semblants, — par « faux-semblants » j'entends la vie parcellaire, la vie publique, la vie secrète, quelque chose qui est profond et que je dissimule, — quand vous vous rendez compte de cela, il n'y a plus rien à faire ; cette découverte agit d'elle-même. Faites-le, monsieur, vous verrez.

☆ *Prendre conscience, c'est souffrir.*

★ Je suis conscient de ce microphone ; je suis conscient des gens qui sont ici, leurs vêtements, les différentes couleurs ; des arbres, des montagnes, du cours d'eau. Je suis aussi conscient de moi-même. Je ne commence à souffrir que quand je me mets à me condamner moi-même disant : « Ceci est bien » et « Ceci est mal. » Je souffre parce que, ce que je suis ne me plaît pas. Je voudrais le détruire, le modifier. Alors il y a conflit, il y a souffrance. Mais si vous en prenez conscience comme moi je prends conscience de ce microphone, sans faire le moindre choix, si je me contente d'observer, de regarder, il n'y a pas là de souffrance ; ce n'est que quand vous sentez que cela vous plaît ou vous déplaît que vous introduisez tout le problème du conflit.

☆ *Vous avez dit quelque chose que je n'ai pas compris.*

★ Enchanté !

☆ *Vous avez dit : « Si vous n'êtes pas capables de voir et de vous affranchir du processus créateur des masques d'une façon instantanée, découvrez pourquoi vous ne le pouvez pas. » Vous avez dit aussi que le désir de découvrir*

est une activité autocentrique et que, par conséquent, on ne peut jamais ainsi transcender le processus qui fabrique le masque. Tout cela est très confus pour moi.

★ Pourquoi fabriquons-nous des masques ? Nous savons pourquoi : pour nous défendre, parce que nous avons peur, que nous sommes incertains, que nous ne savons pas ce qui va se passer, que nous nous attachons au connu ayant peur de l'inconnu. C'est le désir de sécurité qui pousse à la fabrication des masques, d'une façon publique ou privée. Et quand vous vous dites : « Il faut que je brise avec tout cela », c'est encore une activité autocentrique qui ne fera que créer un nouveau masque. Je vois que toute activité émanant d'un centre, toute activité comportant un mobile est une activité autocentrique. Et que, par conséquent, le désir de briser le masque ne fait qu'en créer un nouveau. Je vois cela très clairement. Qu'est-ce qui se passe alors ? Je dis : « Il n'y a rien à faire pour moi, parce que tout ce que je pourrais faire engendre un nouveau masque, une nouvelle défense, un nouveau faux-semblant. » Le fait même de voir cela met fin à toute activité venant du centre ; je mets fin à toute activité. Il y a alors une négation totale de toute activité. Cela, je peux le comprendre instantanément, cela ne demande pas de temps, j'ai compris instantanément que toute action de ma part donne lieu à de nouvelles souffrances. Par conséquent il n'y a plus d'action ; il y a négation complète, il n'y a plus de défense. C'est l'action positive du mouvement égocentrique qui crée les défenses, le masque. Quand une fois l'esprit a compris ce processus, il prend fin instantanément. L'activité totale de l'*ego* prend fin. Il y a alors un état de négation complète et cette négation devient la chose positive, qui *est* l'état d'innocence, de vulnérabilité. Pour cela je n'ai *rien fait* ! Ce n'est pas que moi je suis devenu innocent ; ce qui serait une sottise.

☆ *Pourquoi nous préoccuper de ce que serait une question juste et une question fausse ? Est-ce que la question juste ne renferme pas en elle-même la réponse juste ?*

★ J'ai donné le nom de bête ou fausse à la question, mais c'est ce que nous faisons tous. Nous disons par

exemple : « Comment mettre fin aux guerres ? » Pour moi c'est une question fausse. Tant que les êtres humains resteront pareils à eux-mêmes, il y aura *toujours* des guerres. La question juste la voici : « Comment les êtres humains peuvent-ils se transformer instantanément et totalement ? » Voilà, me semble-t-il, la question juste. Et dans cette question même se trouve la réponse. Si nous la posons avec toute la passion et l'intensité requises, elle-même comportera sa propre réponse.

☆ *L'homme nouveau dont vous parlez serait incapable de demeurer un homme nouveau tout en étant leader politique, ou le chef d'aucune affaire financière telles qu'elles sont actuellement ; un tel homme aurait une telle influence que cela renverserait complètement les organisations politiques dans leur entier.*

★ La seule question politique est, comme nous l'avons dit l'autre jour, l'unité de l'homme. Aucun politicien ne s'intéresse à cette question pour le moment. Nous ne pouvons pas attendre de la politique qu'elle produise l'unité humaine. Pas plus que nous ne pouvons l'attendre du monde religieux ; cela ne les intéresse pas. Mais si vous et moi, en tant qu'êtres humains, ne nous intéressons pas au nationalisme, aux différentes religions, et tout ce qui s'ensuit, peut-être qu'alors vous et moi pourrons susciter un état d'esprit entièrement différent.

21 juillet 1966.

VII

Pendant toutes ces causeries nous avons dit que la nature humaine, ce que nous sommes réellement, a très peu changé pendant les siècles écoulés. Il reste en nous beaucoup de l'animal ; l'agression, l'acquisivité, la recherche de puissance, de *standing*, de prestige. Vraiment nous avons très peu changé. Bien qu'il y ait eu des progrès techniques, médicaux et scientifiques, des changements considérables, les êtres humains à travers le monde demeurent à peu près ce qu'ils étaient il y a cinq ou sept mille ans. Nous sommes toujours en conflit avec nous-mêmes ; en guerre avec les autres. Nous sommes divisés par différentes religions comportant des dogmes différents, par nos nationalités, par les districts économiques, mais fondamentalement nous demeurons à peu près tels que nous le fûmes au début de l'histoire.

Voyant toute cette souffrance humaine, non seulement physique mais encore psychologique, extérieure aussi bien qu'intérieure, il nous paraît absolument nécessaire de changer radicalement, de susciter une révolution totale de l'esprit. La plupart d'entre nous menons des vies très superficielles. Techniquement nous sommes très habiles. Extérieurement nous avons fait d'immenses progrès. La science que nous avons accumulée à travers les siècles dans toutes les directions est immense, nous nous sommes à peu près rendus maître de la nature ; mais intérieurement nous demeurons très superficiels. Si nous sommes le moins du monde sérieux — et il n'y a que les gens sérieux qui vivent, qui sont vraiment vivants — nous nous demandons s'il est possible de dépasser cette superficialité. Nous nous y sommes essayés par nos religions, nos différents rituels, nos croyances, en prenant des drogues qui sont la dernière

mode en matière de stimulants. Nous avons aussi passé par toute une série d'expériences diverses, mais les êtres humains demeurent ce qu'ils furent avec toutes leurs souffrances, leurs conflits, leurs vies extraordinairement superficielles.

Plus nous sommes intellectuels, plus nous lisons de livres, plus nous accumulons de connaissances, devenant très adroits, très doués, très experts en matière d'argumentation. Nous dressons des défenses derrière lesquelles nous nous abritons. Si nous sommes de nature émotive, nous tombons dans la sentimentalité, dans la bienfaisance, les réformes sociales, intervenant dans la vie des autres, cherchant à guider, à aider, à modifier la société. Mais tout ceci est extraordinairement superficiel. Comment a-t-il pu advenir que des êtres humains, ayant connu tant de guerres, tant de luttes intérieures et extérieures, avec toute la souffrance, la détresse qui en résultent physiquement et psychologiquement, puissent continuer à vivre ainsi à la surface des choses ?

Plus nous vivons superficiellement, plus nous nous laissons prendre au filet des nouvelles théories, des nouvelles théologies, des nouvelles philosophies, changeant sans cesse de religions, de groupes. Nous connaissons bien cet état de choses. Comment briser, passer à travers cette croûte superficielle ? Et quand nous disons : « Comment ? », invariablement nous nous tournons vers un système susceptible de nous aider, une méthode, une formule, une idée dont nous espérons pouvoir nous servir pour pénétrer et dépasser cette vie extérieure superficielle. Il me semble que cette question « Comment? » est mauvaise ; elle indique que nous tombons dans le piège qui consiste à nous tourner vers quelqu'un, un instructeur, un professeur, quelqu'un qui en sait plus long que nous, tout au moins nous nous le figurons. Dès l'instant où nous disons « Comment ? », nous cherchons un modèle, un système à imiter, à suivre, auquel nous exercer. Et nous ne voyons pas que, par le fait même de nous exercer à quelque chose, d'imiter, de suivre qui ou quoi que ce soit, — l'orateur compris, — dès l'instant où nous imitons, où nous suivons, où nous nous adressons à une autorité, nous sommes déjà devenus superficiels.

C'est une des malédictions de l'humanité que, psychologiquement parlant, nous ayons établi ce modèle d'existence qui consiste à suivre, à accepter une autorité qui soit un guide intérieur pour nous aider à transcender la superficialité. J'espère bien que tous ceux qui écoutent et qui sont vraiment sérieux, ceux qui ne sont pas venus pour la première fois par pure et simple curiosité, mais qui ont véritablement l'intention nette de poursuivre le sujet, écoutent pour découvrir si eux-mêmes ne suivent pas une idée, un modèle, une formule ; s'ils le font, se rendent-ils compte qu'ainsi leur esprit devient superficiel, étroit et mesquin ? C'est comme les gens qui sont de grands nationalistes, ils sont un poison pour l'humanité ; ils empêchent l'unité des êtres humains, ils font naître des guerres, ils établissent des divisions entre les hommes, entre ceci et cela. De la même façon, dès l'instant où nous imitons, où nous suivons, nous avons déjà établi une limite, une frontière à nos pensées, à nos sentiments, et cette frontière, cette limite, entraînent une vie qui se poursuit à la surface des choses. Nous nous figurons que, possesseurs de grandes connaissances acquises en lisant les livres d'autrui, ou par notre propre expérience, notre tradition, nous avons dépassé, nous avons creusé plus profondément dans la vie superficielle courante. Le connu, les connaissances psychologiques, non pas les connaissances éthiques, scientifiques, mathématiques, médicales, mais tout le savoir que nous avons accumulé en nous au sujet de la psyché, de nous-mêmes, tout ce savoir conduit-il à une vie autre que superficielle ? Tout ce savoir peut-il approfondir nos vies ? Je le mets en question.

Les différentes religions donnent-elles une certaine profondeur à la vie ? Encore une fois, très évidemment non. Vous pouvez vous retirer dans un monastère, devenir un ermite, vous isoler, vous emprisonner dans un dogme, une croyance, une idée. Tout ceci ne vous conduira certainement pas à une vie intérieure profonde, pas plus que ne le fait la science. Les religions, les dogmes, le savoir, l'imitation, la reconnaissance d'aucune espèce d'autorité psychologique, ne mènent en aucune façon à une vie riche, pleine, qui déborde le passager, qui transcende cette vie de surface où il y a lutte constante, la compétition, le labeur et l'anxiété humaine. Quelle chose pourra le faire? Qu'est-ce

qui va faire de l'être humain un individu ? Nous devrions pouvoir distinguer entre l'individu et l'être humain. L'individu c'est l'entité localisée, l'Anglais, le Français, le nationalisme limité par une certaine culture, une certaine tradition, mais l'être humain fait partie du monde entier. Il existe des problèmes mondiaux, la guerre, la haine, le conflit, la concurrence, l'ambition, l'avidité, l'envie, l'anxiété, la culpabilité, voilà des problèmes humains qui sont les nôtres. Le monde devient de plus en plus superficiel, bien qu'il puisse y avoir de plus en plus de confort, de sécurité sociale, de guerres évitées, de plus grandes distractions, que ce soit celle qui consiste à aller à l'église et à rechercher le stimulant de tel ou tel rite, ou le football, le cricket ou le tennis. Tout ceci nous procure un contentement superficiel et extérieur extraordinaire, alors que dans l'intimité de nos esprits règnent une telle disette, un tel vide.

Comment dépasser tout ceci ? Nous ne pourrons plus jamais suivre personne. Les instructeurs, les prêtres, les concepts, les théologiens, tout cela est trop absurde et implique un manque total de maturité. Ces choses, nous les avons mises de côté depuis longtemps si nous avons vraiment pris connaissance de ces problèmes. Nous ne nous sommes pas engagés vis-à-vis d'une théorie communiste, socialiste, parce que le vrai problème politique c'est l'unité de l'homme, cette unité non conforme à l'idée communiste ou travailliste, ou tout autre. Dès l'instant où nous divisons le monde en modèles à suivre, nous nions l'unité.

Tout ceci doit être rejeté effectivement, et non pas théoriquement et problématiquement. Nous ne mettons plus notre foi en des religions, des prêtres, le communisme, le socialisme. Rien de tout cela ne pourra résoudre nos problèmes. Il nous faut poser cette question sachant que nous sommes superficiels, que nous vivons une vie dénuée de sens, parce qu'il y a toujours la mort à la fin ; le conflit existe et il y a toujours quelque chose de mystérieux dont nous ne savons rien. Toujours nous cherchons, nous cherchons et nous cherchons encore, vivant ainsi une vie de plus en plus superficielle, parce que l'homme qui cherche se figure être très sérieux, mais il ne l'est pas. Que cherche-t-il ? En fin de compte, ce qu'il cherche c'est une satisfaction, un plaisir durable. Il peut bien lui donner des

noms divers nimbés d'une atmosphère de sainteté, mais en fait ce n'est jamais qu'une prolongation de son propre plaisir, une projection de ce qu'il désire. En réfléchissant, il nous faut rejeter tout ceci du domaine psychologique, et nous devons le faire si nous sommes quelque peu intelligents, sceptiques, révolutionnaires, impatients de toute autorité. Dans le champ de la technique, il faut une autorité ; il faut qu'il y ait quelqu'un pour nous enseigner parce que, là, les connaissances sont nécessaires. Mais si psychologiquement on a tout rejeté, on n'est plus nationaliste, on ne s'est plus engagé vis-à-vis d'aucun pays, d'aucune religion, d'aucun groupe, d'aucune idéologie. Et alors on se demande s'il est possible d'aller au-delà de cette existence solitaire et complètement vide.

Je crois bien que la plupart d'entre nous se posent cette question. Quelquefois par curiosité passagère, quelquefois très sérieusement. La curiosité mise à part, de qui attendons-nous une réponse ? Dès l'instant où nous en attendons une venant d'autrui, nous sommes dans le champ de la superficialité, nous nous tournons vers un autre qui devient pour nous une autorité, nous sommes prêts à la suivre dans notre désir de dépasser cette vie dépourvue de valeur, de sens, d'intelligence. Alors, ayant posé cette question, comment trouverons-nous une réponse, sachant que personne ne va nous la donner ? Nous n'en désirons une de personne. Si elle nous était donnée, elle ne le serait qu'en termes du positif : faites ceci ; suivez cela ; ne faites pas cela ; ne faites pas ceci. Dès lors, nous nous trouvons devant une autorité et nous sommes *complètement* perdus.

Cette question sera-t-elle résolue par le passage du temps, le temps qui est pour demain ou dans dix ans ? Ou bien encore, mettons-nous notre foi en telle ou telle idée de vie future, de résurrection ? Nous ne parlons pas du temps que mesurent les horloges, le temps chronologique, mais celui qui implique un processus graduel, un changement, une mutation, une révolution progressive. Une révolution n'est jamais progressive, elle ne se produit jamais conformément à un modèle. Dès l'instant où elle se conforme à un modèle, à une idée, ce n'est plus une révolution. Seul un esprit sérieux est capable de répondre à cette question, et il nous faut être sérieux parce que la vie l'exige ; le monde

l'exige ; des incidents, des crises qui surviennent à chaque instant de notre vie exigent de nous du sérieux. Non pas une croyance sérieuse, une poursuite sérieuse de tel ou tel but, ce qui serait enfantin, mais un esprit sérieux qui se dit : « Il *faut* absolument que je découvre » ; et pour découvrir il faut pousser la question jusqu'au bout, quels que soient les résultats impliqués par cette recherche.

Un esprit sérieux ne suit pas une ligne de conduite, une croyance, un dogme. Un homme qui est violent et qui s'exerce à la non-violence peut se figurer qu'il est extrêmement sérieux, mais il ne fait que fuir la violence, que s'évader devant le fait de la violence. Un tel homme n'est pas sérieux du tout. On a cherché à dépasser cette vie ordinaire, monotone, routinière de tant de façons, on a pris du L.S.D., ou d'autres drogues ; on a fait des centaines de choses ! Et, à la fin de tout cela, on est encore vide, superficiel, limité dans sa vision, dans ses pensées, dans son activité autocentrique.

Le temps psychologique, processus graduel, est-il capable de résoudre ce problème ? Très évidemment pas. Si vous vous dites qu'un jour, dans une vie future ou dans cinq ans vous serez heureux, que vous serez nourris quand vous aurez faim, quelle valeur cela peut-il avoir pour tout de suite ? La promesse d'un repas dans l'avenir ne me satisfait pas. C'est tout de suite que j'ai besoin de manger. Une de nos plus pernicieuses illusions c'est de nous figurer que le temps est un moyen de parvenir à quelque chose, à un changement, à une révolution ou une mutation. Ce n'est pas possible. Aucun passage de temps, aucune autorité sous aucune forme, aucune discipline, aucune attente d'une réponse émanant d'autrui, aucune religion, aucun pape, ne vont provoquer une révolution complète de l'esprit. Je rejette donc toutes ces choses totalement, sachant qu'elles sont absolument nulles, un cirque. Alors que s'est-il passé dans un esprit sérieux, qui a rejeté le temps comme moyen de susciter une mutation en soi-même, le temps étant aujourd'hui, demain, ou une prolongation d'aujourd'hui?

Je rejette tout cela. Je rejette l'autorité, ce qui veut dire que je ne suis à la remorque de personne, que je ne me tourne vers personne, que je ne dépends de personne, d'aucun gourou, d'aucun instructeur ; je rejette cette auto-

rité intelligemment, pas par réaction ni par révolte, mais parce que je vois la vérité, je vois avec intelligence. Quand j'ai tout rejeté, que s'est-il passé dans mon esprit ? Jadis j'ai cru ; j'ai eu foi en telle personne pour me dire quoi faire ; j'ai lu les Evangiles, ou Marx, ou Engel, ou le dernier théologien à la mode ; et peut-être encore que ne croyant à rien, je suis devenu cynique, désespéré, ce qui est encore une réaction, et par conséquent mon esprit n'est pas vraiment sérieux. Si, ayant vu tout cela, l'ayant compris, je ne suis pas dans un état de révolte, si je comprends toutes ces choses, si je vois leur nullité, si je les ai toutes rejetées, que s'est-il passé dans mon esprit ? Par la négation de tout ce qui a été accepté comme la norme, le modèle, comme menant à un but, à ceci ou à cela, par ce rejet total l'esprit est devenu étonnamment sensitif, et par conséquent extraordinairement vivant, intelligent. Par la vision de ce que l'on a l'habitude d'appeler le positif, il est devenu négatif. Cet état de négation n'existe que quand l'esprit a complètement rejeté tout ce que, jusqu'à présent, nous avons appelé la vie positive. C'est cet état même qui est la profondeur de la vie, parce que dans la négation totale seule, peut surgir quelque chose de neuf, qui n'est pas le résultat d'un désir, d'un besoin, d'une recherche. Cela n'a absolument de rapport avec aucun système ou aucune philosophie. Alors seulement, l'esprit débarrassé de tout conditionnement, de toute influence, de tous les encroûtements déposés par les siècles, voyant leur pleine et entière signification non pas par réaction, mais voyant leur valeur, et les mettant totalement de côté, alors l'esprit devient étonnamment vivant, sensitif et intelligent. C'est seulement quand l'esprit est complètement vidé de l'ancien que peut naître le neuf. Il n'est plus question alors de se demander si l'on mène une vie superficielle, parce que l'on *vit*, et cette vie-là est un mouvement entièrement différent de celui qui se poursuivait selon l'ancien modèle. C'est une façon entièrement différente de vivre où ne subsiste rien de l'animal. Voilà la vraie révolution, parce qu'elle est comme l'amour. L'amour doit être toujours neuf; il n'est pas la mémoire ; il n'est pas désir. Dès qu'intervient le désir intervient le plaisir, le souvenir de la prolongation de ce plaisir, et il n'y a plus de l'amour. Un esprit qui a

compris tout ceci, qui a compris le temps et l'autorité, est un esprit libre. Et seul un esprit totalement libre connaît la beauté de la vie. Il ne connaît aucune frontière et sa vie est faite d'une extraordinaire beauté, et d'une extraordinaire paix.

Nous allons peut-être pouvoir discuter de ce dont nous avons parlé. Nous pouvons poser des questions, discuter, entrer dans les détails. Mais comme nous l'avons dit l'autre jour, la question juste entraîne la réponse juste ; une question fausse restera dépourvue de sens. Si la question juste est posée, la réponse est *dans* la question. Ceci ne veut pas dire que nous voulons étouffer les questions à leur naissance. Nous *devons* poser des questions, nous devons douter, ressentir une profonde passion. Pour découvrir il nous *faut* poser des questions, et en les posant nous découvrirons par nous-mêmes si nous posons la question juste ou fausse. Ce faisant, nous nous exposons à nous-mêmes plutôt qu'au public. Qu'importe ce que peuvent penser les autres !

☆ *Comment pouvons-nous transcender l'irritation de la douleur physique ?*

★ Nous pouvons désirer approfondir cette question dans le plus grand sérieux et la plus grande intensité. Mais si nous sommes sujets à une douleur physique constante et tout ce qu'elle entraîne d'irritation, de lassitude, de tourment, comment la transcender ? Hélas ! c'est très difficile. Si on souffre constamment, on trouve un très bon docteur, un docteur de tout premier ordre qui n'est pas simplement un marchand de drogues, il pourra peut-être aider. Même si l'on souffre constamment, on peut apprendre à se dissocier de cette souffrance. La vie est une résistance, une défense ; on lutte contre tout, on lève autour de soi un mur, mais si l'on accepte la vie on se meut avec la douleur. Tout le monde est sujet à la souffrance physique — une souffrance prolongée de plusieurs jours ou une souffrance d'une heure ou deux. C'est une des vicissitudes de la vie humaine, mais on peut commencer à s'en dissocier, on peut la contempler, sans y résister. Pour avoir recours à une comparaison, à un exemple, on peut, dans la nuit être

réveillé par un chien qui aboie, une machine qui fait un bruit constant, une radio au-dessus de nos têtes qui déverse des insanités. Notre instinct est de résister, de nous irriter, de nous fâcher, mais si on écoute sans résistance, simplement si on écoute, si on se laisse porter par le mouvement, on verra alors que ce bruit ne nous entame plus. De la même façon on peut observer sa douleur, son mal de dents, sa souffrance constante et incessante ; on peut l'observer objectivement et l'on peut alors, peut-être, aller au-delà.

☆ *En écoutant, il me semble que dans un certain sens je comprends parfaitement, mais cette autre chose dont vous parlez ne se produit pas. Je vois les choses très clairement, mais le vrai ne vient pas.*

★ La question est celle-ci : ai-je véritablement *vu*, ou bien est-ce que je me *figure* avoir vu ? Ce qui est tout à fait différent. N'ai-je pas vu la chose seulement intellectuellement, verbalement, théoriquement ? Si je ne l'ai vue qu'intellectuellement, verbalement ou théoriquement, c'est absolument sans valeur ; mais si je l'ai *vue* non théoriquement, non verbalement, non intellectuellement, la chose doit *forcément* se produire. Il me faut par conséquent examiner ce que j'entends par « voir ». Est-ce que je vois la chose verbalement ou non verbalement ? Intellectuellement ou non ?

Je ne peux pas répondre pour vous. Ce n'est pas moi qui peux vous dire comment regarder. Mais vous pouvez découvrir par vous-même comment vous regardez, comment vous écoutez, comment vous voyez, comment vous observez, comment vous comprenez, et si cela *signifie* quelque chose pour vous. Comment vous regardez-vous ? Comment écoutez-vous ? Comment observez-vous ? Comment comprenez-vous ? Est-ce que cela a pour vous une *signification quelconque* ? Nous employons le mot « voir » pour impliquer tout cela. Qu'est-ce que cela veut dire pour vous quand vous dites : « Je vois » ? Est-ce que vous entendez le mot et parce que ce mot a diverses résonances vous le comprenez ; ou encore entendez-vous le mot pour le traduire conformément à votre mémoire ? S'il vous plaît,

suivez tout ceci avec soin, monsieur. Quand vous dites : « Je vois », en général cela veut dire que vous entendez le mot. Vous avez compris parce que je parle anglais et que pour vous ce mot a un sens bien défini. A travers ce mot vous regardez la chose et par conséquent vous ne regardez *pas*. C'est le mot qui intervient. Le mot, le symbole, l'idée, le souvenir ; toutes ces choses vous empêchent d'observer, de voir. Etes-vous capable de regarder, d'écouter, sans interpréter, sans qu'interviennent le mot, la mémoire ? Il y a là une rivière qui coule. Etes-vous capable d'en écouter le bruit, d'écouter sans réagir ? Il y a un train qui passe. Ecoutez-le, s'il vous plaît. Ecoutez sans qu'interviennent le mot, la pensée, la mémoire, sans reconnaître. Ou bien vous dites-vous : « C'est un train et il me tape sur les nerfs parce que j'ai envie d'écouter autre chose » ? Quand vous écoutez comme cela c'est un état qui comporte de l'affection, de l'amour. Mais si vous dites : « Encore ce train ! Il m'empêche d'écouter, il est assommant et il m'irrite », vous n'êtes pas dans un état d'observation, vous n'écoutez pas. Pour observer, pour écouter, il faut affection, soin ; mais nous n'avons pas le souci des choses, nous n'avons pas d'affection. Tout ce que nous connaissons c'est l'irritation, la résistance, la reconnaissance ou la suppression, et tout cela détruit l'affection, la tendresse, empêchant d'écouter.

☆ *Nous sommes comme un tas de singes qui montent et qui descendent une chaîne, en faisant beaucoup de bruit. Nous ne restons jamais silencieux une seconde et, par conséquent, nous n'écoutons pas. C'est ce bruit qui est l'activité intellectuelle, l'éternelle pensée, le tourment, les préoccupations. L'autre attitude est intuitive.*

★ Ce mot « intuitif » est un mot des plus dangereux, tout comme le mot « nationalisme ». J'ai une intuition parce qu'il s'agit d'une chose dont j'ai envie. J'ai envie de quelque chose profondément ; j'ai l'impression qu'elle est juste et je l'appelle « intuition ». Il faut nous méfier de toutes les paroles parce que toutes les paroles, malheureusement, sont aimantées. Nous connaissons seulement une chose, que notre esprit ressemble à un singe, agité, bavard,

sans cesse en mouvement, grimpant et descendant, s'agitant, s'agitant, s'agitant, pensant, se tourmentant. Comment un tel esprit serait-il capable de regarder ? Il n'y parvient pas évidemment. Alors nous disons : « Comment puis-je le dresser à être plus calme ? » Nous passons des années à le dresser à être calme, et alors il devient un singe d'un nouveau genre. (*Rires.*)

Ceci n'est pas une plaisanterie. Ne riez pas, s'il vous plaît. Il y a des gens qui ont passé toute leur vie à se rendre d'un monde simiesque à un autre. Réaliser ce que c'est que le silence exige un examen intense. Ce n'est pas l'affaire d'un instant. Seul, l'esprit complètement silencieux est capable d'observer, d'écouter, d'apprendre, d'apprendre dans le sens dont nous parlons, et non pas d'accumuler des éléments de connaissance ou de prendre des notes. Apprendre n'a aucun rapport avec acquérir, parce qu'apprendre est un mouvement, et ce mouvement ne peut prendre naissance que dans le silence. Il n'est malheureusement pas possible d'approfondir aujourd'hui cette question du silence. Nous pourrons peut-être en parler la prochaine fois parce qu'il faut le faire très profondément. Un esprit qui est silencieux est un esprit extraordinaire, c'est un esprit libre. Nous ne pouvons pas lui imposer le silence par force, par discipline, par contrainte, parce qu'alors il serait stérile, inerte ; mais pour comprendre ce que signifie le silence il faut regarder, il faut voir. Voir une fleur d'une façon complète, sans qu'intervienne une masse de souvenirs et de pensées, simplement regarder. Quand nous aimons quelqu'un, de tout notre être, et pas avec notre mémoire, quand il ne s'agit ni de désir, ni de sexualité, et tout ce qui s'ensuit, c'est dans ce silence immense que nous aimons. Alors s'établit une communication où il n'y a ni paroles, ni reconnaissance, ni idée.

24 juillet 1966.

VIII

Je voudrais étudier ce matin quelque chose d'assez subtil. Cela peut paraître difficile, mais c'est en fin de compte un sujet assez simple. Son importance ne consiste pas à faire quelque chose, à se demander, ou à rechercher une manière d'aboutir à quelque chose, mais à l'acte d'écouter. Toute communication, même au niveau verbal consiste simplement à écouter, non pas à découvrir ce que dit l'orateur, non pas à faire d'énormes efforts en vue de comprendre, pour ainsi dire saisir à la gorge le problème des paroles prononcées. Ecouter est un art, et si l'on est capable de le faire avec une attention dépourvue de tout effort, de toute décision d'écouter, sans aucune concentration orientée vers un but, mais comme on écouterait cette rivière qui coule, cette action est une action totale. Notre esprit est si compliqué, nos intentions, nos mobiles si contradictoires, si cachés, que nous en perdons toute simplicité. Il est besoin d'un esprit très simple, non pas un esprit déséquilibré bien au contraire, un esprit clair comme une pièce d'eau, comme un lac tellement limpide, et dont l'eau est si claire, qu'il n'y a pas une ride à la surface, qu'on en voit le fond avec les cailloux, les poissons, les herbes, et tous les êtres vivants qui se meuvent sous la surface des eaux.

Si l'on peut écouter et observer ainsi, il n'y a rien d'autre à faire. On n'a pas besoin de s'exercer à des arguties intellectuelles ; point n'est besoin d'une conviction bien établie, d'une foi, d'efforts en vue d'établir un sérieux de l'esprit. Simplement, il faut voir l'existence dans son entier, dans sa totalité, voir tout le ciel, non pas à travers telle ou telle fenêtre, à travers un esprit spécialisé qui le contemple connaissant sa composition chimique et sa nature. Un es-

prit spécialisé est incapable de voir la totalité, de percevoir la vie dans son entier — l'amour, la mort, la haine, les guerres, l'acquisitivité, la constante lutte qui se poursuit en soi et hors de soi, les ambitions, la puissance — de voir tout ceci comme un vide total, comme un mouvement global. Si l'on pouvait voir, écouter tout le mouvement de la vie, tous les problèmes cesseraient, tous les rapports humains auraient un sens entièrement différent, et l'existence une profondeur nouvelle.

Pourquoi regardons-nous la vie par fragments ? Je n'attends pas de vous une réponse, ni même que vous cherchiez à en trouver une. C'est l'orateur qui va faire tout cela, entrant autant que possible dans les détails. Ce matin tout ce que vous avez à faire, si je peux vous le suggérer, est simplement d'écouter. Ecouter pendant quarante ou quarante-cinq minutes, si vous avez l'intérêt, le sérieux, l'intention, la vitalité et l'énergie requises. Ecoutez, et après cela peut-être que vous voudrez bien poser des questions qui nous permettront d'approfondir un peu ; mais je vous propose d'écouter dans un esprit détendu, heureux. Aujourd'hui est une matinée merveilleuse. Les montagnes sont claires, les prairies étincellent, chaque arbre, chaque être animé, est plein de vie et de beauté.

Pour voir tout ceci, il ne faut avoir aucun point de vue fragmentaire ou spécialisé. Pourquoi regardons-nous la vie par fragments ? Pourquoi l'avons-nous morcelée ? Ce vaste fleuve de l'existence, pourquoi l'avons-nous compartimenté, classé en séries de fragments ? Pourquoi avons-nous brisé le monde matériel en nationalités, en dogmes, en domaines politiques, religieux, économiques et sociaux ? Et nos rapports entre nous sont également morcelés. Le mari, la femme, le fils, la famille, le groupe, la communauté, toutes les nations travaillent séparément. Pourquoi ces divisions : amour et jalousie, Dieu et le diable, le bien et le mal ? Tout est morcelé, et nos esprits, nos propres cœurs sont divisés, fragmentés, et à cause de ce morcellement jamais nous ne voyons l'ensemble, bien que nous nous efforcions de mille façons à intégrer ces morceaux, à en faire un tout. Rien ne peut être intégré. Vous ne pouvez pas intégrer le blanc et le noir, la haine et l'amour, la bonté et la jalousie. L'intégration étant impossible, il nous faut aborder le pro-

blème d'une façon entièrement différente. Pour comprendre ou pour observer la vie dans son entier, pour ne pas la voir divisée en fragments, il faut qu'il n'y ait aucun centre, aucun « moi » qui regarde, aucun sujet de l'expérience. L'observateur, le nationaliste, l'homme qui croit ou ne croit pas, le communiste, chacun d'eux a son centre, à des profondeurs, à des degrés différents, habile ou non, morne, abêti ou hautement intellectuel, très savant ou très ignorant. Tant qu'existe ce centre, il y a forcément une fragmentation qui distingue la vie de la mort, l'amour de la haine, et tout ce qui s'ensuit. S'il vous plaît, contentez-vous d'écouter et n'allez pas demander comment vous débarrasser du centre. Vous ne pouvez pas vous en débarrasser. Comment vous débarrasser de la vie tout entière ? Vous ne le pouvez pas ! Plus vous faites d'efforts pour vous en dégager, plus le centre en est renforcé.

Nous voyons cette fragmentation se produire et nous savons aussi, par observation, par une pensée claire, pourquoi nous le faisons. Dès l'enfance on nous conditionne à penser d'une certaine façon. Pour le mathématicien, le savant qui s'est engagé dans une direction particulière, tout le reste est secondaire. Il a compartimenté sa vie, il l'a réduite à des fragments. La vie est une vaste contradiction jusqu'au moment où nous sommes capables de voir par nous-mêmes sa totalité, la totalité des êtres humains, de l'univers, comme ces montagnes, ces rivières et ces vallées. Tant que l'esprit est morcelé, brisé, spécialisé, tant qu'un homme peut dire : « Voici mon chemin et je vais le suivre », ou : « Voici ma façon à moi de m'accomplir, de devenir, et je vais m'y tenir », il n'y a que souffrance et douleur accrues. Chacun de nous possède ce centre à partir duquel il regarde, il juge, il pèse, il fait d'énormes efforts. La vie est ainsi brisée et cette fragmentation, causée par le centre, c'est le temps. Si nous voyons l'existence dans son entier, sans qu'il y ait un centre, il n'y a pas de temps. C'est une chose très mystérieuse.

Le temps est une des choses les plus compliquées à saisir. Il est assez simple de le comprendre intellectuellement, mais pour en voir la portée, pour en comprendre la nature, la signification, la profondeur, nous ne devons pas seulement penser au temps chronologique, mesuré par la montre

qui est dans notre poche ou sur notre poignet, mais nous devons pénétrer et observer cet élément psychologique qui engendre le temps : hier, aujourd'hui et demain. Le temps est un mouvement, une chose globale, mais nous le brisons en créant le hier, aujourd'hui et demain, et nous en devenons esclaves. Nous inventons alors les théories ou bien du « gradualisme » ou, au contraire, de l'immédiat, du « maintenant ». Il y a la théorie du graduel, que petit à petit les êtres humains deviendront plus bienfaisants, meilleurs, plus ceci ou plus cela. Nous voyons la complète inutilité de compter sur une vie future, futur signifiant demain, un gain qui se produira dans quelques mois, quelques années, quelques siècles. Ceci encore est un morcellement du temps. Nous sommes prisonniers de ce point de vue, et par conséquent ne comprenons pas cet extraordinaire mouvement du temps qui exclut toute fragmentation. En réalité, il n'existe que le temps donné par la montre ; il n'y en a pas d'autre. Ce train passe exactement à la même heure tous les jours, et si vous voulez le prendre il vous faut être à la gare à l'heure du départ, autrement vous le manquerez. Le temps chronologique doit être observé avec exactitude. Cette observation ne contredit en rien cet autre temps et n'en est pas une fragmentation.

Le temps qui n'est pas chronologique est une invention de la mémoire, de nos expériences, du centre qui se dit : « Je serai quelque chose. » Il y a la question de la mort et notre habitude de la remettre au lendemain en l'évitant, en la repoussant. La pensée est orientée vers un morcellement du temps lequel, exception faite du temps chronologique, est une chose qui, vraiment, n'existe pas. Nous ne comprenons pas ce mouvement extraordinaire du temps non fragmenté, parce que toujours nous pensons à ce que je fus, ce que je suis, ce que je serai. Tout ceci c'est le processus de fragmentation du temps psychologique, et vous n'y pouvez rien du tout, excepté d'écouter. Vous ne pouvez pas dire : « Je vais me débarrasser du temps et vivre dans le présent, parce que seul le présent importe. » En fait, qu'est-ce que cela veut dire « le présent » ? Le présent n'est pas autre chose que le résultat du passé, mais un présent *véritable existe* s'il n'y a pas de morcellement. J'espère que vous voyez la beauté de tout ceci.

Pour nous, le temps prend une importance énorme, non pas le temps chronologique, qui nous permet d'aller à notre bureau chaque jour, de prendre le train, l'autobus, d'être exacts à nos rendez-vous. Tout cela est très banal. Nous sommes obligés de le faire, mais ce qui est important c'est ce temps psychologique que nous avons morcelé en hier, aujourd'hui et demain. Nous vivons toujours dans le passé. « Maintenant » est encore le passé, parce que ce « maintenant » est une prolongation de la mémoire, une reconnaissance de ce qui a été, qui ne peut pas être changé, et qui se poursuit dans le présent. Ou bien nous vivons dans nos souvenirs de jeunesse, des choses qui ont été, ou dans l'image de ce que sera demain. Nous menons des vies de corruption et de dépérissement graduels. Survient la vieillesse et les cellules cérébrales deviennent de plus en plus faibles, perdent toute énergie, toute vitalité, toute force. Là réside le drame. Tandis que nous vieillissons la mémoire disparaît, nous devenons séniles et existons dans la répétition de ce qui a été. Voilà comment nous vivons. Nous sommes peut-être très actifs, mais nous sommes séniles. Au moment même de l'action nous vivons toujours dans le passé, avec ses influences, ses pressions, sa tension, sa vitalité. Toute la science que nous avons acquise et accumulée par d'immenses efforts, au travers du temps, c'est une science du passé. Le connu n'est jamais du présent. Et à partir de ce passé, de ce connu, nous agissons et cette action nous l'appelons « le présent ». C'est une action qui, à chaque instant, engendre la corruption.

Nous agissons toujours dans l'image, le symbole, l'idée issue du passé ; c'est là la fragmentation de la vie. Nous inventons des philosophies, des théories du présent ; nous prétendons vivre dans le présent et nous en prenons notre parti. Rien d'autre n'importe. Cette théorie de vivre dans le présent est une manifestation du désespoir parce que le temps ayant été partagé en passé, présent et futur ne peut faire naître que le désespoir. En ayant pris connaissance, nous disons : « Ça n'a pas d'importance ; essayons de vivre dans le présent, dans le maintenant, parce qu'il n'y a de sens à rien. Toute action, toute vie, toute existence, tous nos rapports doivent se terminer dans cette division du temps, et par conséquent dans le désespoir, la dégradation,

la confusion. » S'il vous plaît, écoutez, parce que nous n'y pouvons rien. C'est là, la beauté de ce qui se passera si nous nous contentons d'écouter. Cela ne veut pas dire que nous acceptons aveuglément les paroles prononcées ; il n'y a ni acceptation, ni rejet. Il est stupide pour quelqu'un de dire : « Je vis dans le présent. » Cela n'a aucun sens du tout. Mais il est également stupide de dire : « Je nie le passé. » Nous pouvons bien nier le passé, mais nous en sommes le résultat. Tout notre fonctionnement vient de là. Nos croyances, nos dogmes, nos symboles, le chemin que nous nous efforçons de suivre quel qu'il soit, tout cela est le résultat du passé, qui est le temps. Nous l'avons morcelé en passé, présent et futur. Et ceci, tout naturellement, fait naître en nous la peur ; la peur de cette vie qui ne connaît pas le temps, et du mouvement de ce temps qui n'est pas brisé, qui n'est pas fragmenté en hier, aujourd'hui et demain. Ce mouvement ne peut être perçu d'une façon totale que quand il n'y a aucune fragmentation, aucun centre à partir duquel nous contemplons la vie.

La beauté ne connaît pas le temps, mais ce qui le connaît c'est l'expression d'une particularisation de ce que nous ressentons en termes de temps. La beauté, tout comme l'amour, ne peut être partagée en hier, aujourd'hui et demain. Quand nous divisons, surgissent tous les problèmes issus de ces rapports auxquels nous donnons le nom d'amour : la jalousie, l'envie, la domination, le sentiment de possessivité. Quand la beauté est au-delà de ce temps morcelé, la peinture, la musique, toutes les subtilités modernes perdent leur sens. Tout ce qui est issu du temps, l'époque actuelle, la révolte moderne, est la négation même de la beauté. On ne peut traduire la beauté en termes de temps. Elle ne peut être comprise, vécue, connue, que dans le silence total. Nous sommes incapables de voir la beauté de la montagne, la clarté du ciel bleu quand l'esprit bavarde sans arrêt, tout occupé de ses problèmes. Cette beauté nous ne pouvons l'apercevoir que dans un silence total, un silence auquel on ne parvient pas grâce au temps, en disant : « Je connaîtrai ce silence demain, je vais m'exercer par certaines méthodes », ce sont là de puériles sottises. Le silence ne prend naissance dans sa totalité, sa profondeur,

sa beauté et sa vigueur que quand la fragmentation de la vie cesse dès l'origine.

L'esprit silencieux est intemporel et on peut agir à partir de ce silence. C'est un esprit silencieux parce qu'il ne connaît pas le temps. Il est toujours dans le présent, dans le maintenant. Etant incapables d'agir d'une façon positive, par l'effet de notre volonté, pour briser cet esclavage imposé par le temps, nous ne pouvons rien faire du tout. Dès que nous faisons quelque chose, nous sommes repris par le temps. Il faut véritablement se pénétrer du fait qu'il n'y a absolument *rien* que nous puissions faire. Ceci ne signifie pas que l'on devient paresseux, mou, que l'on mène une vie stupide et dépourvue de sens. On voit la vie dans sa totalité, son extraordinaire complexité, et on se rend compte qu'on ne peut absolument rien faire. Que pouvons-nous faire à l'égard de ce bruit ? Nous pouvons ou bien y résister, ou l'écouter, ou nous mouvoir dans son sens.

Si une fois on se rend compte que l'on est incapable de faire quoi que ce soit positivement pour modifier cette vie fragmentaire qui est la nôtre, cette vie faite de contradictions qui est le destin des êtres humains ; si véritablement on en voit la réalité, pas intellectuellement, argumentativement ou verbalement, si l'on se rend compte absolument qu'il n'y a rien que nous puissions faire pour changer notre vie avec ses souffrances, ses plaisirs, ses joies, ses douleurs, ses conflits, ses ambitions, sa compétition, sa recherche de puisance et de situation, tous ces fragments de notre existence, alors ce temps né du passé avec tous ses souvenirs, son expérience et sa science, ce temps prend fin complètement. Avec cette fin du temps surgit la beauté, non pas des choses que vous voyez, les montagnes, le tableau, le ruisseau, — toutes ces choses ne sont que des fragments, — mais la beauté qui naît sans avoir été ni recherchée, ni préméditée. Elle ne surgit que quand il n'y a plus de temps, quand celui-ci n'est plus morcelé. Et de cette beauté naît le silence. Pour un esprit qui ne connaît pas le silence, pour un cœur qui ne connaît pas le calme, il y a toujours souffrance et conflit. Vous pourrez faire tout ce que vous voudrez, toujours vous appellerez la souffrance sur vous-même et sur les autres. Si vous avez écouté, détendus, calmes, sans vous laisser hypnotiser par l'orateur,

vous y viendrez obscurément, sans vous en rendre compte, cela sera là. Cela peut durer une seconde, une minute, un jour où un siècle, cela n'a pas d'importance. Si l'on prétend s'en saisir, si l'on dit : « Il faut que je possède ma vie dans son entier », on fait preuve d'un esprit fragmenté; alors recommence la fragmentation, la contradiction, la colère, la jalousie, et tout ce qui s'ensuit. Pour voir l'existence dans sa totalité, le temps vu comme passé, présent et avenir, doit prendre fin.

Pouvons-nous parler ensemble de tout cela ? Pouvons-nous en discuter, non pas nous demandant comment obtenir cette immense qualité de beauté, mais comment voir, observer la façon dont notre vie est morcelée et brisée ? Si nous en apercevons les fragments, voyant en même temps que nous ne pouvons absolument rien faire, que nous sommes incapables de les intégrer, puisque toute action est fragmentaire tant qu'existe le centre, et le centre est le résultat de la fragmentation du temps, — si nous pouvons observer cela, nous y exposer, — peut-être qu'alors nous rencontrerons quelque chose qui n'est pas une création du temps, ce temps vu comme hier, aujourd'hui et demain. Alors le temps prend fin. En tant que fragments il prend fin. Si ce matin nous pouvons véritablement voir nos vies, comment nous les avons morcelées, peut-être qu'alors quelque chose pourra se produire, non pas surgir de l'inconscient, parce que l'inconscient n'existe pas. Seule existe la conscience que nous avons partagée en conscient et inconscient. Et à partir de cette séparation commence toute la fragmentation et la misère de la fragmentation.

☆ *Voyez-vous toute chose comme étant beauté ?*

★ Je me demande ce que l'auditeur veut dire. Peut-on voir comme étant beauté quelqu'un qui est tué, la guerre, les incendies, la souffrance, la saleté de la route, l'abjecte misère ? Pourquoi posez-vous cette question ? Est-ce parce que vous avez le secret désir de voir tout, sous l'angle de la beauté, la femme et le mari qui s'asticotent et se querellent ; la colère, la jalousie ? Avez-vous le désir de voir tout cela comme étant beauté et avoir en vous une image exquise, un sentiment mystique, un je ne sais quoi ? Mon-

sieur, il nous faut voir les choses comme elles sont, les faits en tant que faits, et non pas avoir à leur sujet des opinions. Il faut voir effectivement, sans faux-semblant, la laideur, la brutalité, l'horreur, les choses affreuses qui se passent dans le monde. Toutes les Eglises avec leurs dogmes, leurs croix, leurs symboles, sont irréelles. Elles ne sont que des symboles et le symbole n'est jamais le vrai. Quand une fois j'ai compris que le symbole n'est pas le vrai, il cesse d'avoir toute importance. Ai-je répondu à votre question, monsieur ?

☆ *Oui, jusqu'à un certain point.*

★ Quel point ? Voyez, monsieur, avez-vous compris ce que j'ai dit ? Un esprit qui ne pense plus en fonction d'hier, aujourd'hui et demain ; un esprit qui n'est pas morcelé, brisé, connaîtra ce qu'est la beauté. Alors vous ne me demanderez pas : « Croyez-vous que toute la vie soit beauté ? » Découvrez tout d'abord par vous-même pourquoi votre esprit est compartimenté, pourquoi il est spécialisé, le mari, la femme, et tout ce qui s'ensuit. En découvrant, posez des questions. Commencez à découvrir, et posez d'immenses questions à partir de ce moment.

☆ *L'ennui pour nous tous c'est que les mots sont si superficiels. Ceux dont nous nous servons n'ont pas de sens. Quand nous parlons de certaines choses, nous sommes amenés à nous servir de certaines expressions ; les mots nous viennent aux lèvres.*

★ Est-ce vrai ? « Ma femme » ou « mon mari » ce sont des mots, mais ils ont beaucoup de sens, ils ont une grande portée, n'est-ce pas vrai ? Les gens sont tout prêts à tuer pour des mots tels que : « Mon Dieu » ou « Je suis communiste. » Une idée c'est un mot raisonné, organisé, et pour cela nous sommes prêts à tuer, à brutaliser, à nous détruire. Ne dites pas, monsieur, que les mots ont très peu de sens. Si nous nous rendons compte que le mot, le symbole, l'expression, n'est pas le fait, tout comme le mot « arbre » n'est pas l'arbre, alors nous ne nous laissons plus prendre au piège des mots. Notre pensée, notre esprit,

sont pleins de mots ; conditionnés par des mots tels que : « Je suis Anglais, je suis Français. » Ils ont pour nous une importance extraordinaire. Nous pouvons les appeler superficiels, mais un mot, une expression, un symbole, ont une grande portée. Mais quand nous *savons* que le mot, le symbole, l'expression n'a pas de sens *réel*, que seul le fait a un sens, alors nous utilisons des mots ou des expressions qui ne s'emparent plus de notre esprit. Monsieur, il y a eu une fois une tentative pour étudier toute la questions de la propagande. Une commission fut nommée et commença son travail. Savez-vous qui y a mis fin ? L'Eglise, les militaires et les hommes d'affaires !

☆ *Dans un petit village il y a un serpent venimeux et une femme qui pleure de tout son cœur parce que le serpent a mordu son bébé et que celui-ci est mort. Je peux tuer le serpent ou je peux le laisser tranquille. Qu'est-ce que je dois faire ?*

★ Vous attendez de venir dans cette tente pour qu'on vous le dise ? Ou faites-vous quelque chose là-bas ? Vous agissez ! Si vous êtes indifférent, insensible, vous ne faites rien ; si vous êtes ému, vous faites quelque chose immédiatement et effectivement. Monsieur, toute notre activité part de ce point, que nous devons aider, que nous devons être bons, que ceci est bien et que cela est mal. Toute notre activité est conditionnée par une idée, par notre pays, notre culture, les aliments que nous prenons. Tout cela conditionne nos actions parce qu'elles partent d'une idée. Quand une fois nous verrons que l'action s'adapte à une idée, et que par conséquent ce n'est pas véritablement une action, alors nous rejetterons toute idée et nous saurons ce qu'est l'action. Il est intéressant d'observer comment nous avons morcelé l'action : juste, immorale, bonne, vraie, noble, ignoble, nationale, conforme aux dogmes. Si nous comprenons la vanité de ce genre d'action, alors nous agissons vraiment. Nous ne demandons pas comment agir, quoi faire ; nous agissons et cette action est la plus belle qui soit pour ce moment-là.

26 juillet 1966.

IX

Nous avons tous dû nous demander parfois s'il est possible de se renouveler entièrement, d'être de nouveau jeune, non pas dans nos corps, mais dans nos esprits et nos cœurs. Est-il possible de connaître une renaissance, non pas de recommencer toute notre vie en tant que jeune homme ou jeune fille, mais de la regarder avec toute sa complexité, ses douleurs, ses souffrances, ses anxiétés et ses craintes comme si nous voyions tout cela pour la première fois, et de résoudre ainsi nos problèmes, sans en porter le fardeau année après année jusqu'au jour de notre mort ? Est-il possible de renouveler l'esprit et le cœur, leur permettant ainsi de voir la vie d'une façon entièrement différente ? C'est un problème dont je voudrais discuter ce matin, essayant de découvrir si l'on peut faire quelque chose dans ce sens, d'avoir un esprit neuf, clair, limpide, qui ne connaît ni le souci, ni les problèmes, ni le labeur auquel nous sommes habitués ; un cœur qui ignore la jalousie, un cœur plein d'affection et d'amour, de sorte que chaque jour nous naissions à nouveau et totalement.

Existe-t-il une méthode, une action de la volonté, positive ou négative, capable d'amener cet état nouveau ? La plupart d'entre nous ont dû se poser cette question, sinon d'une façon délibérée mais peut-être assez vague ou, si nous penchons vers la sentimentalité, d'une façon mystique. L'ayant posée, ou bien nous ne possédons pas la pleine et entière énergie, la force et la vitalité nous permettant de transcender la question et de découvrir effectivement par nous-mêmes, ou bien nous nous la posons par curiosité, en passant, avec une certaine indifférence. Il faudrait évidemment un changement extérieur économique et social

pour instaurer l'unité humaine, comprenant l'individu brun, noir, blanc, russe, communiste, socialiste, ou toute autre chose. Nous devons participer activement à une telle action pour nous débarrasser de l'affreux état actuel des choses, pour nous débarrasser de ces différences qui existent entre les races, les communautés, les groupes politiques et les nationalités. Il nous faut aussi nous affranchir de cette absurde invention inspirée par des intérêts pécuniaires considérables, à savoir la religion, laquelle est une vaste entreprise financière contrôlée par les prêtres et leur hiérarchie, comme tout autre affaire. Elle établit des divisions entre les hommes, ils sont protestants, catholiques, hindous, bouddhistes, musulmans, et ainsi de suite. Tout homme clairvoyant, sérieux ou intelligent, rejette tout cela complètement et ne se laisse pas influencer par ces sottises. Il se préoccupe de mettre fin à la misère, non pas dans tel ou tel recoin du monde, non pas en Amérique ou dans la soi-disant Europe unie, le Marché commun, mais d'en finir avec le profond dénuement, la dégradation, et toutes les disgrâces qu'entraîne la misère en Asie. Les savants nous assurent que c'est possible, que cela *doit* être fait pour mettre fin aux guerres, mettre fin à cette insécurité physique constante. Toutes ces choses, l'homme sain d'esprit et rationnel a l'intention de les faire. Nous ne parlons pas du « Monsieur bienfaisant », ni du réformateur, parce que ni celui qui désire faire du bien, ni le réformateur, ne sont capables de susciter une révolution matérielle complète. Et cependant cette révolution *doit* se produire.

Laissant cela de côté comme étant une *chose absolument nécessaire*, et le caractère urgent d'une modification qui doit être l'œuvre de tout homme intelligent, conscient de l'état du monde, de ses crises, de son affreuse misère, il y a une question beaucoup plus profonde qui se pose à nous. Un esprit, un cœur conditionnés depuis des siècles, prisonniers de la structure psychologique sociale, limités par les innombrables influences que l'homme est forcé de subir, est-il possible pour un cœur et un esprit ainsi conditionnés de passer par une renaissance, non pas dans un avenir éloigné, non pas dans une autre vie, telle que la réincarnation à laquelle croit l'Orient, la laisse espérer, — et la même croyance sous une forme différente existe

aussi dans ce monde occidental, — est-il possible de susciter une telle renaissance, maintenant, à l'instant même? Nous ne voulons pas parler de temps, car une Renaissance, un Renouveau sont nécessaires, Renaissance et Renouveau qui ne dépendent absolument pas du temps. Voilà la question que nous allons approfondir.

Nous ne pouvons nous poser cette question que quand nous aurons perçu l'absurdité de notre vie médiocre, cette vie du bourgeois, de l'homme moyen, du communiste, cette vie qui éternellement reproduit le même modèle. Nous sommes toujours à imiter, à copier, à prolonger un passé qui n'admet aucune nouvelle perception, aucune nouvelle vitalité, aucune nouvelle existence. Pour nous poser une telle question, il faut une grande clarté dans nos intentions. Nous devons aussi pleinement nous rendre compte de ce que nul ne peut y répondre. Aucune autorité ne peut nous dire si notre esprit, qui est le résultat du temps, ou le cerveau qui a été dressé, civilisé, policé, mais qui demeure foncièrement celui de l'animal, peut *vivre* dans cet état, non pas en avoir la réalisation pendant une minute, non pas continuer d'être dans cet état, mais le *vivre*.

Dès l'instant où nous nous demandons s'il est possible d'avoir une continuité de cet état nous ne vivons plus. Un homme qui vit dans la clarté et la plénitude, ne se préoccupe pas du lendemain, il n'y porte aucun intérêt; il *vit*, et n'a pas les yeux tournés vers le futur. Toute forme de continuité, sauf quand il s'agit d'un savoir-faire technique, est un élément absolument destructeur du neuf. Ce qui peut continuer, c'est l'habitude, la mémoire la reproduction d'un modèle agréable ou douloureux, du désir. La répétition de n'importe quelle habitude, de n'importe quel modèle, est inapte à produire un état d'esprit complètement neuf, jeune, aigu, vivant, et non alourdi par le passé. C'est le premier point dont il faut se rendre compte, avant de nous demander dans quelle mesure l'esprit peut se renouveler, être chaque jour neuf, plein de fraîcheur, non contaminé. Toute forme de continuité, sauf en ce qui concerne la science et le savoir-faire technique, est absolument pernicieuse, elle empêche le renouveau de l'esprit, sa renaissance. Ce qui a de la continuité est l'activité autocentrique dans laquelle nous sommes pris : l'ambition, l'avidité,

l'envie, la poursuite du plaisir, la crainte de la souffrance, l'imitation, l'esprit moutonnier, et toutes les autres choses qui sont le propre du centre. Il est lui-même le résultat de cette continuité et nous ne pouvons pas dire : « Par ma volonté, par ma décision, par mon désir, je vais y mettre fin. » Mais si une fois nous pouvons voir, saisir, comprendre tout ce qu'elle implique, alors elle prend fin d'elle-même. Nous ne pouvons nous rendre compte de ceci effectivement, et non pas intellectuellement ni émotivement, que par l'examen de cette question de la naissance d'un esprit neuf, d'un cœur neuf, d'un état d'innocence, parce que mourir est la cessation de la continuité.

Pour la plupart d'entre nous, la mort est la fin de quelque chose que nous avons connu, dont nous avons fait l'expérience, que nous avons acquis, et ainsi nous redoutons ce point final mis au passé. Nous n'avons pas tellement peur de la mort physique parce que nous savons que notre corps subit des modifications à tous les instants. Ces modifications, l'esprit n'a pas d'action sur elles. Physiquement nous nous dégradons par la maladie, par les accidents, par diverses façons malsaines de vivre. Nous avons peur, non pas tellement de ce qui est au-delà de la mort, mais plutôt de perdre ce que nous avons, de ne pas pouvoir persister dans le connu. Nous ne pouvons pas nous dire : « Je vais de propos délibéré mettre fin au passé dans le but de connaître une renaissance, un esprit neuf, un cœur renouvelé. » C'est impossible ; nous sommes incapables d'y arriver par l'application d'un système, un système étant en lui-même la continuité du passé et par conséquent la négation du neuf.

Si nous voulons bien écouter, non seulement l'orateur, mais guetter chacun des plus légers signaux que nous donne le monde, dans son tourment, dans son plaisir, dans ses guerres, cet acte d'écouter est en soi le plus grand miracle, le plus grand mystère. Si l'on est capable de le faire sans traduire ce que l'on entend, ou l'interpréter, ou le condamner, ou le juger, ou persister dans aucune de ces interventions de la pensée, de ces activités égocentriques, — si l'on peut véritablement écouter ainsi, — on s'apercevra par soi-même que, tout en ayant la possibilité de modifier la situation politique, de promouvoir une unité économique, de balayer la propriété privée, toutes choses que l'on peut

et doit faire, on est absolument incapable de quoi que ce soit dans cet autre domaine. Analyser, disséquer, s'exposer, examiner ses états d'âme, ne font que conduire à une confusion, une lutte, une douleur accrue ; mais si l'on écoute, comme on écouterait ce ruisseau qui coule, dans le calme, sans le plus léger désir d'acquérir, de conserver ou de rejeter, on verra que cet acte même d'écouter met fin à l'activité autocentrique.

Je vous demande de ne *rien* faire que d'écouter. Je ne suis pas en train de me répandre en idées, en théories, en fantaisies, en rien de conceptuel ou de mystique. Simplement j'indique ce qui *est* véritablement. Si vous écoutez, le cœur et l'esprit disponibles, non engagés vis-à-vis d'aucune chose, si vous écoutez purement et simplement, de cet état même naît une action, et c'est bien la *seule* action, la seule opération capable de mettre fin à cette soi-disant continuité, à ce processus imitateur et répétitif d'exigences et de recherches. Vous pouvez voir, par vous-même et très clairement, que tout ce qui a continuité est incapable de percevoir ou de comprendre le neuf. Ce n'est que quand il y a la mort à quelque chose qu'il peut y avoir renouveau. Mourir à nous-mêmes, ce « nous-mêmes » qui est le centre même de cette continuité, mourir au connu, s'affranchir du connu, tel est le renouveau de l'esprit ; ainsi peut naître une fraîcheur. Alors vous pouvez percevoir la montagne, la rivière, l'arbre, la femme, l'homme, l'enfant, l'humanité, comme étant quelque chose d'*entièrement* différent, quelque chose de neuf.

C'est là ce que demandent la plupart d'entre nous, ce que nous exigeons, parce que plus nous sommes intellectuels, plus nous sommes conscients, plus nous avons de connaissances au sujet du monde, de toute son histoire qui constamment se répète, plus nous en venons à nous demander si l'homme ne peut pas renaître, se renouveler, s'il ne peut pas vivre, agir et percevoir le monde d'une façon différente. C'est là ce que nous recherchons tous et tous les jours. Chaque jour nous vieillissons, même les jeunes gens vieillissent, et si chacun de nous voit tout cela avec lucidité, la seule question digne d'être posée est celle-ci : « Est-il possible de renaître, de façon à ce que le cœur et l'esprit soient retrempés, pleins de fraîcheur, de façon à

ce qu'ils puissent se renouveler à chaque instant, qu'ils soient à chaque instant jeunes, neufs, vivants ? » Ceci exige une grande énergie, non pas celle qui naît du conflit, de la violence, des intentions, des efforts. Toutes ces choses comportent leur propre énergie. Nous voyons par nous-mêmes que la Renaissance, le Renouveau quotidien permettant à ce qui est neuf, innocent d'être, pour vivre ce Renouveau, — non pas le maintenir, mais être dans cet état, — exige une énergie inconnue qui ne soit pas celle qu'engendre le frottement du conflit.

Nous devons nous demander ce qu'est cette énergie. Si nous sommes sains, forts, pleins de vitalité, nous disposons d'une considérable énergie physique laquelle nous sert dans nos agressions, nos violences, nos tentatives pour parvenir ou agir. Le conflit donne naissance à beaucoup d'énergie, et la plupart de nos rapports sont des rapports de conflit. Il nous en faut pour aller à notre bureau tous les jours, pour apprendre, pour exécuter, pour agir. L'énergie qui prend naissance, qui est construite et engendrée par l'esprit dans sa recherche du plaisir, du profit, de la renommée, ne donnera jamais un esprit neuf, un cœur renouvelé. Nous avons à nous demander quelle est cette énergie, capable de provoquer chaque jour la mort de tout ce que l'esprit a pu concevoir, observer et accumuler. Il en faut pour mourir à une chose que nous avons acquise, accumulée, aux choses que nous avons connues, dont nous avons le souvenir. La mort de l'esprit qui subit chaque jour des expériences, du cerveau qui réagit à chaque mouvement de la vie, la fin de l'animal qui est en nous tous — tout cela demande de l'énergie. Non pas par celle d'acte intellectuel. Jamais l'intellect ne peut donner naissance à l'énergie nécessaire. Il est capable d'en engendrer une dans le mouvement de l'action, en accomplissant quelque chose, en suivant ou en formulant une idée, en la mettant à exécution, mais ce n'est pas celle dont nous parlons. Nous parlons d'une énergie, d'une vitalité, d'une force, qui nous permet de mourir chaque jour de façon à ce que l'esprit et le cœur soient neufs à chaque instant.

Nous allons découvrir ensemble ce qu'elle est. Ce n'est pas l'orateur qui va vous le dire. Nous allons conduire ensemble notre recherche, nous allons participer à cette

extraordinaire énergie que nous *devons* avoir. Nous nous demandons quelle est la force qui maintient la jeunesse de l'esprit. Je ne sais pas comment vous allez répondre à cette question ; quelle est votre réponse, si vous en avez une. Il est très important pour chacun de nous de découvrir si nous attendons qu'on nous le dise, si nous attendons une réponse de quelqu'un. Personne ne peut vous donner une réponse, ni vos dieux, ni vos prêtres, et certainement pas le communiste. Du reste, cela ne l'intéresse pas. Mais vous, comment réagissez-vous à cette question de mourir chaque jour à tout le connu ? C'est dans la mort même qu'est le renouveau.

Un problème complexe doit être abordé simplement. Plus particulièrement s'il s'agit d'un problème humain plein de subtilités, il faut une réponse très simple. Le mot « simple » est un mot aimanté. Il y a de nombreux concepts de la simplicité. Si vous avez été élevés en Orient, celle-ci signifie un repas par jour et un pagne. Ce qui, très évidemment, n'est pas la simplicité. Ici ce même mot a des résonances différentes. Nous voulons dire par lui, ne pas être compliqué, ne pas être chargé d'idées et de concepts. Il est très difficile d'être simple. Pour apprendre à connaître cette énergie qui se renouvelle sans motif à chaque instant, il nous faut être extraordinairement simples. Quelle est donc cette énergie ? La réponse peut être exprimée en un seul mot, mais ce mot est tellement chargé, tellement alourdi par des siècles de répétitions qu'il a perdu sa grande beauté. Ce mot est *amour.* Contentez-vous d'*écouter,* sans vous laisser prendre aux fragmentations de ce que l'on *appelle* amour. Nous ne connaissons l'amour que comme amour sexuel, physique ; cet amour empreint de jalousie, de peur ; l'amour de Dieu ; l'amour de l'homme. Voilà ce que nous appelons l'amour. Nous nous servons aussi de ce mot quand nous sommes extraordinairement intimes avec quelqu'un, sexuellement, ou simplement par un contact physique ; quand existe un rapport entre deux êtres humains où il n'y a pas de conflit, de domination, d'attachement. Nous nous en servons encore parfois quand surgit cet extraordinaire sentiment, mais celui-ci s'évapore l'instant d'après. La pensée alors intervient, exigeant une continuité, une

répétition de ce plaisir. Et tout le mécanisme se met en marche.

Nous parlons d'un mot ; il n'est pas le fait. Le mot, le symbole n'est jamais le fait. Nous parlons d'un mot où il n'y a pas de morcellement, où il n'y a plus le sentiment « l'autre ». Quand l'observateur a totalement cessé d'exister, et par conséquent la chose observée aussi. Ceci doit être compris d'une façon très profonde, autrement le mot a très peu de sens en dehors du sens courant, bourgeois. Cet amour qui n'est pas le mot, cette énergie, font renaître le cœur et l'esprit, ils sont toujours neufs. Seule, cette énergie maintient l'esprit dans sa fraîcheur, et non pas le temps. Quelle qu'ait été l'expérience, l'impression, le savoir accumulé, ils dépérissent dès que naît l'amour. Il surgit, il est éprouvé, il prend fin, tout cela d'un seul mouvement. Vous êtes incapables de gagner cette chose qui se cache derrière le mot. Vous ne pouvez pas vous y exercer. Ces mots « vous y exercer » sont une chose terrible. Faire quelque chose jour après jour dans le but d'acquérir est une chose hideuse, bourgeoise, cruelle.

Avez-vous jamais remarqué ce changement extraordinaire qui se produit, sans effort, quand vous êtes très tranquilles, dans votre chambre, dans un autobus, ou seuls dans une forêt. L'esprit est si plein, si riche, qu'il ne pense pas, qu'il ne regarde pas, qu'il n'observe pas. Il n'est si *total* que parce qu'il n'y a plus l'observateur et la chose observée. Seul cet état est amour, et non pas la chose courante dont nous avons parlé. Seul l'amour est capable de mettre fin à la continuité. Dès lors la vie prend un sens, parce que la continuité prend fin.

☆ *N'est-il pas nécessaire d'avoir une certaine continuité dans nos habitudes physiques normales, afin d'écouter les vies de ceux qui nous entourent ?*

★ La continuité est-elle jamais capable d'écouter quoi que ce soit ? Nous avons dit qu'une certaine continuité physique est nécessaire ; nous ne pouvons pas simplement aller nous jeter à l'eau ; mais est-ce d'une aide quelconque quand on écoute quelqu'un d'autre ? Qu'est-ce qui se cache derrière cette question ? Vous avez écouté parler un catholi-

que et vous en avez retiré quelque chose. Puis vous avez écouté un bouddhiste et vous en avez retiré quelque chose encore. Vous avez écouté les communistes et encore une fois vous avez accumulé. Cette accumulation s'est produite en écoutant les vies diverses qui vous entourent. Vous les avez accumulées et cette accumulation comporte une continuité. Nous disons qu'il faut la fin totale de toute accumulation. Ce que vous accumulez c'est un musée, et jamais un musée n'a créé un tableau. Le tableau prend naissance grâce à un homme qui se désintéresse totalement du musée, de la salle ou du propriétaire de la galerie de tableaux. Ce qui l'intéresse c'est le sentiment de peindre. S'il a un certain talent alors il peint, mais la peinture, son expression a si peu de valeur. Cela n'a de valeur que pour le collectionneur qui en profite. Et si le peintre ou le musicien se préoccupent des questions d'argent et de profits, il cesse d'être un peintre ou un musicien.

☆ *J'ai l'impression que ma vie quotidienne est si dépourvue d'importance, que je devrais faire autre chose.*

★ Quand vous mangez, mangez. Quand vous allez vous promener, promenez-vous. Ne dites pas : « Je devrais faire autre chose. » Quand vous lisez, donnez-y votre attention complètement, que ce soit un roman policier, une revue, la Bible, ou tout autre chose. L'attention complète est une action complète et par conséquent il n'y a plus ce sentiment : « Je devrais faire autre chose. » Ce n'est que quand nous sommes inattentifs que nous éprouvons ce sentiment : « Sapristi, il y a mieux à faire. » Si nous accordons une attention complète quand nous mangeons, c'est une action. Ce qui est important ce n'est pas ce que nous faisons, mais, si nous sommes capables d'y donner une attention totale. Par ce mot je n'entends pas quelque chose que nous apprenons par concentration dans une école ou dans nos affaires, mais d'être présents avec nos corps, nos nerfs, nos yeux, nos oreilles, nos esprits, nos cœurs, complètement. Si nous voulons le faire, il se produit une crise extraordinaire dans notre vie. Alors, toute chose exige notre pleine énergie, notre vitalité, notre attention. La vie exige cette attention à chaque instant, mais nous sommes tellement entraînés à

l'inattention que nous cherchons toujours à nous évader de l'attention vers l'inattention. Nous disons : « Comment puis-je faire attention ? Je suis paresseux. » *Soyez* paresseux, mais prêtez une attention totale à cette paresse, soyez totalement attentif à l'inattention. Rendez-vous compte de votre complète inattention. Quand vous savez que vous êtes attentif à l'inattention, vous êtes attentif.

28 juillet 1966.

X

Pendant les neuf dernières causeries, nous avons plus ou moins survolé les différents problèmes dont nous autres êtres humains avons porté le fardeau pendant de nombreux siècles. Nous ne nous sommes jamais montrés capables de résoudre ni les guerres, ni nos souffrances physiques et psychologiques, pas plus que nous n'avons résolu les questions si complexes qui nous confrontent chaque jour. Nous vivons à la surface des choses, espérant qu'un jour ou l'autre, de façon ou d'autre, tout cela sera résolu. Malheureusement, nous ne pouvons résoudre les problèmes qu'à condition de les regarder en face, de les prendre à la gorge, de les voir tels qu'ils sont. Pendant d'innombrables siècles, nous avons été dressés en tant qu'êtres humains à éviter tous les problèmes, à les sublimer, à nous en évader, à les fuir, ou encore à nous défendre contre eux et, malheureusement, malgré les évasions, les fuites, les mécanismes de défense que nous avons dressés, ils existent toujours. Nous avons avec la plus grande habileté tissé un réseau d'évasions. Il semble que nous soyons incapables de regarder quoi que ce soit en face. Nos esprits sont bourrés d'opinions qui nous empêchent de voir les choses telles qu'elles sont, de faire face à ce qui est. Jamais nos esprits, ni nos cœurs ne sont vides, nous permettant d'observer, de regarder.

Ou bien nous avons des problèmes que nous ne savons pas résoudre, ou bien nous nous sommes engagés vis-à-vis de différentes activités, — politiques, sociales, religieuses, et ainsi de suite, — ou bien encore nous avons des problèmes particuliers relevant de la névrose et de toutes les complications qui s'ensuivent. Un esprit engagé est forcé-

ment confus ; et nos esprits, le sont, bien que nous ne voulions pas nous l'avouer. C'est dans la confusion que nous abordons la politique, la religion, nos activités, notre pensée, ce que c'est que de penser bien ou mal, quel est un juste comportement. Nous sommes dans la confusion la plus complète, et plus nous sommes habiles, intelligents, plus nous sommes incapables de nous avouer que cette confusion est totale et non pas partielle. Nous nous figurons que notre confusion est partielle et qu'il y a des moments dans la vie où nous en sommes dégagés. Les instants que nous passons et où nous ne sommes pas dans la confusion comportent leur genre d'action, et il y a un autre type d'action qui se produit quand nous sommes dans la confusion. L'action née de la non-confusion est toujours en conflit avec l'autre. Chacune réagit sur l'autre, et ainsi nous ne nous rendons jamais compte qu'en fait, la confusion est *totale*. Si une fois nous reconnaissons cet état de choses, nous pourrons nous demander comment nous affranchir de cette confusion, mais nous ne le découvrirons jamais si nous entretenons des formules, des idéologies, des engagements, des affirmations psychologiques. Habituellement nous passons notre vie, malheureux, égarés, aveugles à nous-mêmes, fatigués à mourir. Tel est notre destin. Nous avons tissé un réseau d'évasions, nous avons constamment inventé différents pièges et nous y tombons. Un des pièges les plus redoutables est cette idée que nous devons *chercher* et *trouver*. Nous ne savons même pas ce que nous cherchons. Nous prétendons chercher Dieu, l'amour, la vérité et toutes les autres choses que chacun poursuit selon son tempérament. Mais jamais nous ne nous demandons s'il est *besoin* de chercher et pourquoi nous le faisons, ni ce que nous cherchons, ni si l'objet de notre recherche, l'objet de nos questions et de nos demandes, a une existence véritable.

Si nous ne cherchons pas, nous nous apercevrons que la chose la plus importante de la vie c'est précisément de ne pas chercher, pas du tout, parce qu'ainsi nous nous trouvons devant la vie même, nous avons devant nous la chose à faire tout de suite. Il est très difficile, pour la plupart d'entre nous, de ne pas être toujours à tâtonner, à vouloir trouver. Nous sommes presque tous ici-même parce que

nous recherchons quelque chose ; le plus souvent, c'est à cause de cette complète confusion. Un esprit clair, vivant, plein d'énergie, de vitalité, qui voit le neuf à chaque instant, celui-là ne cherche pas. Cette idée de « cherchez et vous trouverez » est complètement absurde. Comment un esprit mesquin, centré sur soi-même, complètement égaré, pourrait-il jamais trouver quelque chose qui dépasse ses propres projections ? L'homme sage, celui qui est lucide, éveillé, ne recherche jamais. Quand vous ne cherchez pas *du tout*, vous n'invitez pas l'expérience. Vous commencez à éclaircir votre confusion. Nous sommes, pour la plupart, assoiffés d'expériences nouvelles, nous en voulons de plus variées, de plus stimulantes ; nous désirons plus de vision, de clarté ; mais un esprit qui exige d'avoir « plus » évite ce qui *existe* vraiment. Ayant élaboré des évasions, inévitablement et naturellement nous y avons recours ; mais si un homme est sérieux, réfléchi dans ses intentions, non pas intellectuellement ou verbalement, mais véritablement, alors sa principale occupation c'est de dissiper toute confusion et toute évasion. Il n'invite, il ne demande, il n'exige plus de nouvelles expériences.

Pourquoi recherchons-nous ainsi « le plus » ; pourquoi cherchons-nous quelque chose de neuf ? Parce que nos esprits sont rétrécis, superficiels, vides, mornes, ennuyeux, et nous voulons fuir tout cela à n'importe quel prix. C'est là notre principale préoccupation. Nous avons nos dieux, ou bien nous prétendons chercher une nouvelle direction, ou nous disons que toutes les religions conduisent au même je ne sais quoi. Nous grappillons ce que nous pouvons trouver chez différents leaders, chez de soi-disant êtres spirituels. Tout ceci indique un esprit mesquin, étroit et limité. Un tel esprit n'a jamais en soi aucun espace, et il y a de plus en plus de confusion, et non pas moins. Nous nous disons : « Voici le bon chemin et je vais le suivre. » Il n'y a que les seuls névrosés, les gens incertains pour affirmer une chose pareille de nos jours. Toutes ces entreprises commerciales appelées « les religions » ont abouti à un échec complet ; elles n'ont plus de sens. Si nous ne cherchons plus, si nous n'avons plus aucune foi dans ces organisations puériles, nous nous trouvons dès lors devant ce qui *est* vraiment, devant nous-mêmes. Si nous sommes incapables de

résoudre ce centre, ce petit recoin du vaste champ de la vie, nous sommes éternellement en lutte avec lui.

Après avoir renoncé à toutes les organisations psychologiques, religieuses, spirituelles, les soi-disant « chemins qui mènent à la vérité », le problème se présente d'affranchir cette petite entité, ce petit recoin que nous avons cultivé, soigné, avec lequel nous avons bataillé, par lequel nous avons lutté contre l'immense mouvement de la vie. Comment le libérer, de façon à ce que n'existe plus cette petite chose stupide que nous appelons le « moi », le « mien » ? Comment le libérer ? Il ne s'agit pas ici de décider si nous devons oui ou non aller à nos bureaux, faire telle ou telle chose, avoir plus ou moins d'argent, plus ou moins de vêtements, et tout ce qui s'ensuit. Ces questions recevront leur réponse très claire, sans contradiction ni confusion, quand l'état psychologique aura été éclairci, quand ce petit recoin de nos existences si vastes et si complexes, lui qui est l'individu, la famille, le « moi » et le « mien », ce petit recoin qui se reconnaît et s'identifie avec la nationalité, avec tel groupe ou telle idée, tout recevra sa réponse quand ce petit recoin, avec toute sa beauté, sa gloire, son extrême délicatesse, aura pris fin.

Il n'est possible de résoudre, de comprendre ce centre, que quand toutes les voies d'évasions sont bouchées, quand elles n'existent plus, quand nous sommes capables de nous regarder très clairement sans condamnation, justification ou refus. Pour voir très clairement, il nous faut de l'espace. Pour voir un arbre très clairement, pour voir nos femmes, nos maris, nos voisins, ou pour regarder clairement les étoiles le soir, ou les montagnes, il faut qu'il y ait espace ; mais ce que nous nommons « espace » est celui que nous avons créé ; celui que nous connaissons est celui qui s'étend entre l'observateur et la chose observée. Il existe un espace qui relève non seulement du temps mais encore de la distance. Cet espace nous le maintenons dans toutes nos activités, dans toutes nos vies. L'observateur se maintient toujours à une distance de la chose observée. Et c'est dans ce petit espace que nous faisons nos expériences, que nous évaluons, que nous condamnons, que nous recherchons.

S'il vous plaît, ne vous contentez pas d'écouter et d'entendre des paroles. Si vous ne faites qu'entendre des paroles

et de vous dire intellectuellement : « Tout cela crève les yeux », alors vous ne regardez pas les faits en face. L'intellect est une chose des plus trompeuses. Le mental est absolument nécessaire quand il s'agit de raisonner sainement, rationnellement, normalement, mais le tout de la vie n'est pas dans le mental, pas plus qu'il n'est dans l'émotion ou dans le sentiment. Si vous écoutez les paroles prononcées par l'orateur, vous verrez non seulement le fait vrai, la vérité de cet espace, mais en poussant les choses plus loin vous verrez aussi que, tant qu'existe cet espace, il y aura forcément conflit. Cet espace est contradictoire, et là où il y a contradiction il y a forcément conflit. C'est comme un homme qui se sent vide, seul, insuffisant, pour lequel la vie n'a pas de sens. Il projette un futur grâce auquel il pourra s'accomplir, se réaliser, dans la littérature, la peinture, la musique, telle ou telle expérience, tel ou tel rapport. L'accomplissement c'est l'objet, celui qui s'accomplit c'est l'observateur. Entre celui-ci et l'objet, il y a toujours un espace, et par conséquent une sensation de conflit.

Quand on s'est rendu compte de cela non pas intellectuellement mais effectivement, que faire ? L'espace est une chose nécessaire. Sans espace pas de liberté. Nous parlons psychologiquement. La liberté n'est pas une réaction contre la société, il ne s'agit pas de devenir un beatnik ou un beatle, ou de se laisser pousser les cheveux, tout cela ce n'est pas la liberté. La liberté est quelque chose d'entièrement différent et ne peut se produire que là où il y a un espace immense, et non pas cet espace dont nous savons qu'il existe entre l'observateur et la chose observée. Cet espace-là est une bien petite chose, et là où il existe il n'y a pas de contact. Quand il n'y a plus d'espace entre l'observateur et la chose observée, il y a un rapport, une relation totale, par exemple avec cet arbre. On ne s'identifie pas à l'arbre, à la fleur, à l'enfant, à l'homme ou à toute autre chose, mais quand il y a cette complète absence d'espace entre l'observateur et la chose observée, il y a dès lors un espace immense. Dans cet espace il n'y a pas de conflit, dans cet espace il y a liberté.

La liberté n'est pas une réaction. Vous ne pouvez pas dire : « Eh bien ! moi, je suis libre. » Dès l'instant où vous dites que vous êtes libres vous ne l'êtes pas, parce que vous

avez conscience de vous-même comme étant libérés *de* quelque chose, et par conséquent vous êtes dans la même situation que l'observateur qui contemple un arbre. Il a créé un espace, et dans cet espace il engendre le conflit. Pour comprendre ceci, il n'est pas besoin d'un accord ou d'un désaccord intellectuel, il ne s'agit pas de dire : « Je ne comprends pas », il faut entrer en contact direct avec ce qui est. Il s'agit de voir que toutes vos actions, que chaque instant d'action, relève de l'observateur et de la chose observée, et que dans cet espace il y a plaisir, souffrance, douleur, le désir de s'accomplir ou de devenir célèbres. Dans cet espace-là, il n'y a de contact avec *rien*. Tout contact, tout rapport prend une portée entièrement différente dès l'instant où l'observateur n'est plus distinct de la chose observée. Il existe alors cet espace extraordinaire, et là est la liberté.

Comprendre cet espace c'est la méditation. Le comprendre profondément, le ressentir, en faire partie, vivre, et le laisser fonctionner comme faisant partie de nous-mêmes ; être sans cet espace est une chose entièrement différente. Nous commençons alors à comprendre quoi faire, comment et quand agir. Habituellement, nous ne connaissons l'espace qu'à cause d'un objet. Il y a l'espace créé par cette tente ; l'espace à l'intérieur de la tente et celui qui est à l'extérieur ; celui qui s'étend entre nous et la montagne. Celui que nous connaissons et celui qui s'étend entre l'observateur et l'étoile qu'il aperçoit le soir, la distance, les kilomètres, le temps que nous mettrions à y aller. Celui-là, nous l'acceptons, nous y vivons, tous nos rapports s'y établissent, nous ne nous demandons jamais s'il n'existerait pas une dimension différente de l'espace. Il ne s'agit pas ici de l'espace des astronautes, des gens qui se meuvent dans un état d'apesanteur. Ce n'est pas du tout l'espace dont nous parlons ; celui-là est encore né du temps, de l'observateur et de la chose observée. Nous parlons d'un espace où n'existe plus l'objet, l'objet d'observation. Il est très important d'apprendre à le connaître non pas à travers des mots, parce que ces mots ne seraient jamais que des symboles. Le mot et le symbole ne sont pas la réalité. Le mot « espace » n'est pas l'espace réel. Il nous faut apprendre à connaître, à découvrir cet espace extraordinaire, à le sentir.

La méditation a son importance : non pas comment vous méditez, non pas si vous vous y exercez pour entretenir certaines visions ; toutes ces notions rudimentaires enfantines, qui ont malheureusement été importées en Occident venant de l'Orient. Il faut avoir en soi beaucoup de scepticisme, et j'espère que vous en avez beaucoup, quand vous écoutez les paroles prononcées ici ou ailleurs, parce qu'alors vous découvrez toute chose par vous-même. Ce serait une attitude enfantine que de venir à ces réunions dans l'idée de passer par quelque état nouveau, mystique, extraordinaire. Vous pouvez l'obtenir rien qu'en prenant une drogue. Si vous avez l'intention sérieuse de découvrir par vous-même, non pas de rechercher, mais de voir quelque chose d'entièrement neuf, d'apprendre à connaître une fleur nouvelle, un brin d'herbe que vous n'avez jamais regardé auparavant, bien que vous ayez pu sillonner le chemin où il pousse des centaines de fois, vous découvrez alors quelque chose qui est une renaissance, qui n'a aucun rapport avec le passé ; notre esprit est alors rajeuni, plein de fraîcheur, d'innocence. La méditation est importante parce que seul l'esprit méditatif, celui qui regarde, qui entend, qui écoute, qui observe, qui prend conscience de toutes ses propres réactions, de ses subtilités, sans jamais condamner, sans jamais justifier, sans jamais être influencé par le désir de célébrité, qui se contente d'observer — seul un tel esprit a le moindre sens. Personne ne va répondre à votre question pour vous. Si vous posez une question juste, dans cette question juste se trouve la réponse, mais dès l'instant où vous posez la question à quelqu'un d'autre, acceptant ce qu'il pourra dire, vous tombez dans l'absurdité. Dès cet instant, vous vivez d'espérance, de foi, et vous ouvrez la porte au désespoir, à l'anxiété, à la peur. Mais si, tandis que vous vous promenez, que vous allez et venez, que vous agissez, vous vous observez, vous dévoilez par vous-même et pour vous-même tout le sens de la vie. Il ne peut être découvert que quand il y a cet état d'observation, d'être à l'écoute. Ceci implique qu'il n'y ait jamais aucune résistance, aucune suppression, aucune protection. Quand l'esprit est vulnérable, quand le cerveau ne fonctionne plus selon les chemins de l'animalité avec son avidité, son envie, son ambition, son agressivité, il est alors

capable d'écouter d'une façon *totale*, et par là il découvre, il dévoile, il voit par lui-même.

Ce que vous découvrez n'est pas ce que vous avez le *désir* de découvrir. A travers les siècles, pendant des milliers et des milliers d'années, avant Sumer, avant l'Egypte, avant les Indes, avant la Grèce et Rome, des êtres humains ont déjà tâtonné, recherchant cet état extraordinaire. Ils lui ont donné des noms différents selon leur fantaisie, leur culture : Dieu, la création, Brahman. Toujours l'homme en a eu soif parce qu'il s'est rendu compte combien la vie est courte. *Sa* vie, non pas la vie elle-même, mais ce petit recoin particulier, qui a si peu de sens mais auquel il se cramponne désespérément, cela est si court. Sachant qu'il y a la mort, il espère trouver quelque chose qui transcende le temps, l'espace, le savoir. Cette chose n'existe que quand l'esprit et le cœur sont libérés du connu et que, par conséquent, existe ce vaste espace. Dans celui-ci seulement peuvent règner la paix et la liberté. On peut, dans cet état seulement réaliser, écouter, une dimension qu'autrement l'homme ne trouvera jamais, quoi qu'il puisse faire. Il ne peut y venir que naturellement, obscurément, sans le « *désirer* ». Il le trouvera peut-être et, dans ce cas, cela suffit. Cela peut durer toute une vie ou une seconde, mais cette seconde appartient à l'espace intemporel, immense.

Il est important de se rendre compte, non pas intellectuellement ou verbalement mais effectivement, de ce que nous sommes dans un état de confusion *complète* ; elle crève les yeux. En lisant n'importe quel journal, n'importe quelle revue, en allant à l'église, en écoutant n'importe quelle conversation politique, on est désespéré de voir combien tout est brouillé. Si l'on a une fois saisi qu'il est absolument impossible de s'évader de « ce qui est », on pourra commencer à découvrir de quelle manière on regarde le fait, le fait de ce que l'on est vraiment, et non pas de ce que l'on se figure devoir être ce qui, encore, serait une évasion. On pourra dès lors voir par soi-même comment l'homme regarde, en tant qu'observateur placé devant une chose observée, créant ainsi un espace et ouvrant la porte à d'infinis conflits, d'infinies contradictions dans cet espace. La réalisation de tout cela est l'état de méditation. L'esprit individuel c'est l'esprit localisé, celui de Gstaad, de la Suisse,

de l'Angleterre, de la Russie, et ainsi de suite. Mais l'esprit humain n'est pas cet individuel, celui-ci a son domaine; nous sommes bien forcés d'aller au bureau; nous avons notre compte en banque; notre petite famille à nous; mais jamais l'esprit individuel ne peut devenir l'esprit humain. L'esprit humain est une immense entité, qui a vécu dix mille années et plus, et c'est cet esprit humain qui, dans son enfantement, est capable de comprendre une dimension entièrement nouvelle, laquelle n'a en aucune façon subi la contamination du connu.

☆ *Je voudrais comprendre la signification d'un espace où l'observateur et la chose observée n'existent plus.*

★ Nous ne connaissons qu'un seul espace, celui qui s'étend entre l'observateur et la chose observée. Je regarde ce microphone en tant qu'observateur, et il y a l'objet qui est le microphone. Entre l'observateur et la chose observée, il y a un espace. Cet espace est distance, la distance étant aussi temps. Il y a l'observateur et la distance entre lui et l'étoile, entre lui et la montagne. Pour couvrir cette distance, il nous faut du temps. Plus nous allons vite, plus vite nous pouvons parcourir cet espace, mais c'est encore l'observateur qui voyage vers la chose observée.

Vous me demandez quel est cet autre espace étranger à celui-ci. Je ne peux pas vous le dire. Je peux vous dire ceci : tant qu'existe cet espace né de l'observateur et de la chose observée, l'autre ne peut pas être. L'orateur a aussi dit qu'il existe un moyen d'affranchir l'observateur, lequel est toujours à créer cet espace qui implique l'observateur et la chose observée. Même si vous étendez ce petit espace à l'infini, il existera cependant toujours. Il y a un avion au-dessus de nos têtes. Vous, en tant qu'observateur, qu'auditeur, prêtez l'oreille à ce son. Vous êtes l'auditeur et le son est là. Entre les deux il y a un intervalle, cet intervalle est un intervalle de temps. Il peut se dilater de plus en plus, tendre à embrasser tout l'univers. Mais il y a toujours l'observateur et la chose observée : vous, votre femme ; vous, votre maison ; vous, la rivière ; vous, votre pays ; vous, le gouvernement ; moi, en tant que communiste ou musulman ou toute autre chose, et le non-communiste, l'a-

thée, le barbare. Tant qu'existe cet espace, tant qu'il y a contradiction, il y a forcément conflit. Pour affranchir l'esprit de l'observateur, aucune évasion n'est possible. Ne vous évadez pas ; ne cherchez pas. Restez en face du fait de ce que vous êtes ; ne traduisez pas les choses en fonction de ce que vous croyez être ou de ce que vous croyez devoir être. Quand vous regardez en face, le fait de ce que vous êtes vraiment, sans vous évader, sans le nommer, sans qu'intervienne le mot, ce fait revêt alors un aspect complètement différent. Si vous agissez ainsi pour chaque réaction, pour chaque mouvement de pensée, il y a dès lors l'affranchissement de l'observateur ; il existe alors une dimension de l'espace entièrement différente.

☆ *Comment ressentir cette dimension différente de l'espace ?*

★ Vous êtes debout là-bas, moi je suis assis ici, voilà tout. Tout ce que vous connaissez c'est l'espace entre vous là-bas debout, et moi ; entre vous et la montagne ; entre vous et votre femme ; entre vous et l'arbre ; entre vous et votre pays. Connaissant cet espace, vous connaissez que vous n'êtes jamais en contact avec rien. Vous existez dans l'isolement. Quand il n'y a aucun espace entre vous l'observateur, et moi la chose observée, toute la vie devient contact. C'est tout.

☆ *Croyez-vous que la liberté prend naissance quand on est dans un état de maturité ?*

★ Tout d'abord, je ne crois rien du tout. (*Rires.*) Je vous en prie, ne riez pas, ce que je dis est très sérieux. Pourquoi croirait-on à n'importe quoi, même aux soucoupes volantes ? Pourquoi croire qu'il y a un Dieu ou pas de Dieu ? Ou bien il y a Dieu ou bien il n'y a pas. Mais pourquoi croire ? Une fois qu'on a bien saisi cela, l'esprit devient tout à fait extraordinaire. La liberté vient-elle au bon moment ? Elle vient pour celui qui est véritablement sérieux dans son intention de découvrir. Il n'y a pas de temps, pas de maturité ; ce n'est pas une question de mûrir en vieillissant ou d'aboutir à la maturité par un compor-

tement juste. Elle ne vient pas par l'âge, par la croissance du corps. Elle vient quand on est véritablement sérieux et que l'on a compris que toute évasion est absolument impossible. Quand une fois on a vu la vie telle qu'elle est, quand on se voit soi-même tel qu'on est, on peut alors avancer.

31 juillet 1966.

A C H E V É
D'IMPRIMER



S U R L E S
PRESSES D'AUBIN
LIGUGÉ (VIENNE)
LE 20 NOV.
1967

D. L., 4e trim. 1967. — Imprimeur, n° 4452.
Imprimé en France.

PARIS :

Le Courrier du Livre
21, rue de Seine (VIe)

GENÈVE :

Saanen Gatherings Committee
c/o Silvius Rusu
31, chemin des Palettes
1212, Grand Lancy (Genève)

FRANCE : F 15
SUISSE : F.S. 15